UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT “ION CREANGĂ”

CATEDRA DE PSIHOLOGIE

PSIHOLOGIA GENERALĂ ŞI A PERSONALITĂŢII

(Suport de curs - Sinteze)

POPESCU MARIA

Chișinău 2017

Aprobat pentru editare la ședința Senatului UPS ”Ion Creangă”, process verbal Nr. 4 din 26.01.2017

Calancea Angela,

doctor în psihologie,

conferențiar universitar

Vîrlan Maria,

doctor în psihologie,

conferențiar universitar

Se adresează studenţilor facultăților Limbi și Literaturi Străine, Informatică și TI, Arte Plastice și Design din cadrul Universității Pedagogice de Stat "Ion Creangă". Acest suport de curs vizează însuşirea principalelor concepte, teorii, repere istorice şi deschideri în domeniul vast al psihologiei, ca ştiinţă ce are scopul de a spori calitatea vieții, de a valorifica potențialul intelectual, psihologic, moral si spiritual al fiecărui om.

Cursul *Psihologie generală și a personalității* face parte din cursurile fundamentale ale modului psihopedagogic şi stă la baza înțelegerii, procesării si asimilării teoriilor, informației si a cunoștințelor psihologice. El contribuie la formarea competențelor cognitive, de aplicare si de analiză critică a informației privind conceptele fundamentale ale psihologiei generale referitoare la: obiectul de studiu al psihologiei, metodele de cercetare în psihologie, procesele psihice cognitive şi reglatorii (senzaţii, percepţii, reprezentări, atenţie, memorie, gândire, afectivitate, voinţă etc.); problematica complexă a personalităţii.

Aici sunt sintetizate notele de curs şi principalele idei incluse în bibliografia indicată prin programa analitică a disciplinei „Psihologia generală si a personalității". Este util în pregătirea examenului la disciplina respectivă.

Nu înlocuieşte studiul individual al bibliografiei şi efortul personal de procesare, interpretare, înţelegere şi sistematizare a vastului material bibliografic aferent psihologiei generale !

Obiectivele cursului:

- ✓ Cunoaşterea fenomenelor psihice, a componentelor şi trăsăturilor specifice personalităţii umane, în scopul înţelegerii vieţii subiective a omului.
- ✓ Formarea capacităţilor de a analiza raportul dintre nivelurile psihismului (conştient, subconştient, inconştient) şi de a identifica interacţiunile dintre fenomenele psihice în conturarea sistemului de personalitate.
- ✓ Stimularea interesului faţă de psihologie şi formarea capacităţii de a folosi cunoştinţele psihologice în influenţarea (reglarea) comportamentului propriu şi al grupului.

CUPRINS

TEMA: INTRODUCERE ÎN PSIHOLOGIE

PLANUL:

I. Noţiuni generale despre psihologie şi psihic.
II. Istoriografia psihologiei generale. Școlile psihologice.
III. Legătura cu alte ştiinţe. Ramurile psihologiei generale.
IV. Metodele de cercetare ale psihologiei.

I. Noţiuni generale despre psihologie şi psihic

Domeniul psihologiei vizează fenomenele de natură energetic- informaţională (denumite psihice), realitatea subiectivă şi expresiile sale interne şi externe ca fapte, procese, stări, structuri, operaţii etc. orientate spre realizarea adaptării specifice a unei entităţi biologice (animal sau om) la mediul său de existenţă.

Domeniul psihologiei umane reprezintă omul şi particularităţile sale ca individ aparţinător speciei (homo sapiens), caracterizat de raţionalitate, inteligenţă şi voinţă, producător şi utilizator de unelte (homo faber), membru al unei societăţii care îl integrează (homo socius) prin comunicare (homo comunicans), cultură şi valori pe care le produce/reproduce şi după care se orientează (homo valens), utilizând resursele potenţiale de creativitate.

Termenul de *psihologie* a fost introdus de filozoful german Rodolphe Godenius în sec. XVI, deși unele surse indică numele germanului Cristian Wolff care l-a pus în practică în anul 1732/34. Acest termen compus, provine din limba greacă veche: pshyche – suflet, logos – ştiinţă. Astfel, etimologic, psihologia este "ştiinţa despre suflet", ea mai poate fi numită și "ştiinţă despre psihic". Funcţiile de bază ale psihologiei constau în:

- a descrie fenomenele și procesele psihice (senzaţii, percepții, memorie, gândire, creativitate etc.);
- a le explica şi a contribui la soluţionarea problemelor de natură psihologică cu care se confruntă omul

(instruirea și educarea, rezolvarea conflictelor interpersonale și intrapersonale, sporirea calității vieții omului etc.).

Psihicul constituie activitatea de reflectare de către om a mediului său extern şi intern în formă de imagini, noţiuni, idei. El formează tabloul lumii în care omul trăieşte. Funcţia principală a psihicului constă în a asigura cu informaţie subiectul uman despre realitatea în care el trăieşte, despre vremurile care au fost, despre lumea prezentă şi despre aceea ce va urma în viitor. Astfel psihicul realizează funcţia de orientare a subiectului în mediul în care se află, în viaţa sa de toate zilele. Datorită acestei funcţii a psihicului omul poate să se adapteze la condiţiile mereu schimbătoare ale mediului şi tot datorită psihicului omul poate să transforme lumea în care trăieşte, să schimbe mediul în cresspundere cu necesitățile sale, să se transforme pe sine însuşi. Aceasta din urmă este posibilă graţie puterii creatoare a psihicului uman, în special a gândirii şi a imaginaţiei creatoare, care sunt componente ale psihicului.

Psihicul este un produs al complexului şi îndelungatului proces de formare a materiei vii. Psihicul este o însuşire a materiei superior organizate, o funcţie a creierului ce constă în reflectarea subiectivă şi activă a realităţii obiective. Însuşirea de a reflecta lumea externă nu este proprie numai materiei vii, superior organizate. Prin reflectare trebuie să înţelegem însuşirea tuturor corpurilor materiale de a răspunde, de a reacţiona la agenţi externi prin anumite modificări interioare, ce se manifestă mai mult sau mai puţin evident la exterior. Facultatea de a reflecta se prezintă la diferite niveluri calitativ deosebite, de la formele cele mai elementare pe care le întâlnim la materia anorganică (forma mecanică, fizică, chimică, de reflectare) până la cea mai complexă realizată de creierul uman.

De ce a avut loc evoluţia: materia anorganică ___

materie organică ___ superior organizată ?

Se schimbau condiţiile de mediu, avea loc schimbul de informaţie dintre mediu şi materia vie. Echilibrarea organismului cu mediul se datora excitabilităţii – însuşirea proprie tuturor organismelor vii de a răspunde la acţiunea mediului extern printr-un proces specific de excitaţie internă, ce duce la o reacţiune externă.

Psihicul uman este compus din trei părţi componente: conştiinţa, subconştientul şi inconştientul.
Conştiinţa este forma superioară a reflectării psihice, ce presupune activitatea întregii scoarţe cerebrale stimulată de formaţiunea reticulară care determină activitatea SNC. A fi conştient semnifică integrarea cunoaşterii senzoriale nemijlocite şi a celei logice. De exemplu la vederea unui avion ne spune în gând "un avion" acesta este rezultatul activităţii sistemelor I şi II de semnalizare.

Cuvântul conştiinţă provine de la două cuvinte latineşti: con + scientia, care în traducere înseamnă cu ştiinţă.

Conştiinţa este partea superioară a psihicului uman care îndeplineşte următoarele funcţii:

- ✓ elaborarea scopului activităţii (reprezentarea pe care şi-o face omul despre rezultatul final al activităţii sale);
- ✓ elaborarea programului sau a planului activităţii (imaginea procesului care va traduce scopul în produs real);
- ✓ reflexia, adică capacitatea de a-şi da seama de totul ce se întâmplă cu omul, despre consecinţele faptelor sale;
- ✓ elaborarea atitudinilor (părerilor, aprecierilor, opiniilor) despre lume şi sine.

A avea conştiinţă înseamnă a lua atitudine. A

avea atitudine faţă de cineva sau ceva înseamnă a te pune în relaţie cu acest cineva sau ceva, a lua poziţie.

Subconştientul este a doua parte a psihicului uman care are drept menire de a regla procesele automatizate, procesele care prin exersare s-au transformat în deprinderi şi obişnuinţe.

Drept exemplu de procese automatizate pot servi scrisul, cititul etc. La început acţiunea de a scrie a fost o acţiune conştientă, care mai apoi fiind mereu exersată a devenit deprindere. Scriem ceva, bunăoară, o scrisoare fără să ne gândim cum se scrie cutare sau cutare literă. Procesul automatizat se produce parcă de la sine. Subconştientul este important prin faptul că el eliberează conştiinţa de lucrări de rutină, lucrări cu caracter pur tehnic şi-i permite să se concentreze asupra activităţilor intelectuale complicate, creatoare. De exemplu, când cineva scrie o scrisoare se gândeşte la ceea ce scrie (conţinutul) şi nu la ceea cum scrie, căci aceasta este deja deprindere.

Inconştientul constituie totalitatea proceselor şi a stărilor psihice la care omul nu are acces.

Fenomenele psihice inconştiente se produc fără vrerea omului, fără a le programa şi dirija. De exemplu, visul nocturn. Inconştientul este iraţional şi guvernează întreaga viaţă a individului. El este rezervorul tendinţelor înfrânate, înăbuşite, refulate, frustrate; este dinamic, conflictual şi tensional. El este de natură afectivă.

Sigmund Freud explica mecanismul de formare a inconştientului astfel: atunci când la om apare un impuls, el este supus cenzurii. Dacă impulsul contrazice normele morale, tabuurile existente în conştiinţa oamenilor, el este refulat, adică împins în afară conştiinţei. Scos în afara conştiinţei acest impuls nu dispare, ci continuă să existe în inconştient. Fenomenele psihice din inconştient se manifestă ("se arată") în cazurile când conştiinţa nu e trează sau e

tulburată. Visul în timpul somnului, halucinaţiile în timpul acceselor de boli psihice etc.

Esenţa actelor psihice inconştiente constă în aceea că omul nu-şi dă seama de ele şi nu le poate judeca şi controla.

Sistemul psihic uman - realitate subiectivă de natură informaţional – energetică; un sistem de maximă complexitate, dotat cu posibilități perfecţionate de autoorganizare, autoreglaj şi autoprogramare prin însăşi funcţionarea sa, a cărei finalitate este informarea, controlul interacţiunii dintre om şi mediul său de existenţă. Este un sistem deschis (aparţinător lumii vii), hipercomplex şi subiectiv-ideal (un model subiectiv al lumii obiective). Fiind sistem viu, este şi energetic, pentru că implică modificări şi transformări bioenergetice (impulsuri nervoase), tensiuni şi modalităţi neuropsihice permanente.

Psihicul este instrument al adaptării specific umane; este determinat filogenetic (prin informaţia ereditară ce determină aspectele anatomiei şi fiziologiei sistemului neuro-humoral), şi determinat ontogenetic (prin procesarea informaţiei în cursul experienţei vieţii, prin învăţare a noi programe de funcţionare).

Caracteristicele sistemului psihic uman (SPU):

1. Ambilateralitate informaţională (relaţiile informaţionale specifice sunt întreţinute simultan cu exteriorul/lumea obiectivă şi cu propriul organism sau persoană; se cunoaşte pe sine concomitent cu cunoaşterea realităţii obiective;
2. Antiredundanţă - capacitate operatorie de a se autoproteja prin selecţia informaţiei şi eliminarea "informaţiei de prisos";
3. Prezenţa dispozitivelor antialeatorii, prin care elimină "haosul informaţional" şi "pune ordine" în câmpul informaţoinal care îl asaltează; principalul *dispozitiv antialeatoriu* este raţiunea- construcţie subiectivă, mentală, riguroasă (relativ) prin care se asigură adoptarea deciziei şi

face ca omul să aibă acces la libertate şi auto- determinare;
4. Autoreglaj şi coordonare, realizate prin comenzi şi control, prin retro-aferentaţie (conexiune inversă); calitate ce face ca S.P.U. să fie un sistem cibernetic.

Evoluţia sistemului nervos (SN) în filogeneză:

1. Fiinţele cele mai simple monocelulare erau înzestrate cu ***excitabilitate*** şi primii germeni de senzaţie. Ele se apropiau sau se îndepărtau de stimulii dăunători (animalul era ca un analizator). Protozoarele sunt capabile să analizeze şi să sintetizeze nu numai stimulii care au o semnificaţie biologică directă (pozitivă sau negativă) ci şi stimulii relativ indiferenţi, ce nu au o semnificaţie biologică directă dar pot deveni purtători de informaţie (Exemplu: lumina+mediul acid – acest loc era evitat).
2. **SN difuz:** apare la celenterate. Lipseşte un centru nervos ceea ce face ca excitaţia să iradieze în mod difuz în reţeaua nervoasă şi în felul acesta animalul reacţionează în funcţie de intensitatea stimulării cu tot corpul. Celenteratele (hidra) disting nu numai intensitatea ci şi calitatea stimulării. Ele pot elabora reflexe condiţionate care sunt caracterizate prin instabilitate.
3. **SN ganglionar**: impulsul nervos determinat de acţiunea stimulului extern se îndreaptă mai întâi la ganglioni, iar de aici la organele efectorii. Celulele organelor de simţ se grupează în organe senzoriale din ce în ce mai complexe.

Exemplu: râma reacţionează la lumină diferit. Îşi poate elabora reflexe condiţionate. Dacă lumina se repetă/se păstrează ele încetează a se mai ascunde.

4. **SN la artropode** (insecte, crustacee): prezintă o formă şi mai înaltă de reflectare a realităţii. Se dezvoltă simţul olfactiv şi cel vizual. Insectele sunt capabile să se echilibreze cu mediul exterior pe baza instinctelor (reflexe necondiţionate, tipare comportamentale ce sunt alcătuite din secvenţe complexe care se succed într-o anumită ordine). Realizarea fiecărei secvenţe

îndeplineşte rolul stimulului declanşator pentru secvenţa următoare. Ex. dacă se taie antena greierului viespea nu-l trage în cuib. Reflexele condiţionate sunt mai stabile.

5. **SN la vertebrate** este alcătuit din encefal şi măduva spinării; este centralizat şi bine dezvoltat. Spre exemplu peştii au sensibilitate olfactivă, gustativă, tactilă, vizuală, vibratilă (linia laterală de pe corpul peştelui). Reflexele condiţionate încep să aibă un rol mai însemnat decât la predecesorii vertebratelor. Cu trecerea la viaţa terestră se înregistrează o perfecţionare a funcţiilor analitico-sintetice a SN. Se produc următoarele modificări la nivelul SN:

- corticalizarea treptată;
- ierarhizarea sectoarelor inferioare faţă de cele superioare;
- intensificarea activităţii integrale a scoarţei cerebrale cu diferenţiere tot mai exactă a funcţiilor unor regiuni luate aparte.

Odată cu apariţia SNC apare o formă nouă de reflectare – PSIHICUL. Cu cât mai sus pe scara filogenetică cu atât întâlnim comportamente mai complexe, cu atât organismele sunt capabile de o adaptare mai rapidă la condiţiile mediului înconjurător. Varietatea extremă a condiţiilor de trai, a modului de viaţă a determinat la mamifere dezvoltarea SNC (encefalul cu scoarţa cerebrală) şi a analizatorilor (vizual, auditiv, tactil, chinestezic, olfactiv, gustativ).

Stadiile dezvoltării psihicului în filogeneză

1. **Stadiul senzorial**: animalele reacţionează în raport cu o proprietate a mediului ambiant, însuşire caracteristică unui obiect sau fenomen importante pentru ele.

Exemplu: cazul reacţiei păianjenului când pânza este mişcată de vânt şi când de pradă.

În acest stadiu predomină reacţiile înnăscute, tropismele şi instinctele.

Tropism – mişcare sau reacţie de orientare în raport cu o sursă stimulatoare.

Exemplu de tropism: fototropism – floarea soarelui spre soare; fluturii spre lumină; geotropism – rădăcina creşte în jos, omida se deplasează totdeauna vertical pe pomi.
Instinct – un sistem de tendinţe şi acţiuni, identic la toţi indivizii dintr-o specie, care se manifestă în mod spontan şi într-un grad de perfecţiune destul de mare. Asupra acestui mod de reacţie mediul nu are decât o influenţă minimă.
La acest stadiu au loc:

- perfectarea aparatului locomotor;
- se dezvoltă capacitatea de a reacţiona diferit la stimulii externi şi interni;
- se dezvoltă organele receptoare (văz, auz, gust) ce le permit diferenţierea mai clară a stimulilor externi.

2. **Stadiul perceptiv**: obiectele sunt sesizate în integritatea lor, predomină actele învăţate. Exemplul peştelui care a învăţat să ocolească paravanul.
La acest stadiu au loc:

- apariţia SN;
- se perfecţionează organele receptoare şi au un rol mai complex în comportament;
- se desăvârşesc părţile componente ale SN animal ceea ce permite formarea legăturilor dintre diferiţi analizatori;
- apar emoţiile la animale.

3**. Stadiul intelectual** (al gândirii senzorio-motorii îl găsim doar la maimuţele antropode).
La acest stadiu au loc:

- se dezvoltă capacitatea unui comportament intelectual în cazul unor obstacole întâlnite în atingerea scopului;
- aceste acţiuni intelectuale au un caracter primitiv şi nu sunt rezultatul cunoaşterii legilor obiective ale naturii;
- acţiunile achiziţionate nu sunt transmise de la un animal la altul. Animalele au inteligenţă dar nu au gândire (inteligenţa - aptitudinea generală a fiinţelor

vii de a rezolva probleme; gândirea – a abstractiza).

4. **Stadiul conştiinţei**. Reprezentantul acestui stadiu este omul care are capacitatea:

- de a se cunoaşte pe sine prin cunoaşterea de altul;
- de a se cunoaşte pe sine prin analiza propriilor acţiuni şi comportamente;
- de a se autocontrola şi autoeduca.

II. Istoriografia psihologiei

Spre deosebire de ştiinţele exacte, devenirea psihologiei ca ştiinţă a parcurs un drum dificil. A durat foarte mult până să se demonstreze şi să se accepte ideea că psihicul poate fi obiect de cercetare şi cunoaştere ştiinţifică şi nu doar de meditaţie şi speculaţie. Marele filosof german Im. Kant se numără printre cei mai vehemenţi contestatari ai posibilităţii de desprindere a psihologiei de filosofie şi de constituire a ei într-o ştiinţă independentă. Formulând pentru ştiinţă necesitatea utilizării măsurării şi a metodei matematice, el a încercat să demonstreze că psihologia nu poate nicicum să satisfacă această exigenţă. De ce ? Pentru că, afirma el, psihicul nu posedă decât o singură dimensiune - cea a duratei (dimensiunea temporală), iar cu o singură dimensiune nu se poate construi un sistem de măsurători comparative, din care să se desprindă dependenţe şi corelaţii.

Ulterior, August Comte avea să elimine psihologia din schema de clasificare a ştiinţelor, pe care a elaborat-o el, argumentând că nu este posibilă o scindare a conştiinţei pentru a deveni simultan *obiect* al observaţiei şi *subiect* observator.

Procesul general al evoluţiei cunoaşterii psihologice poate fi împărţit în următoarele etape:

1. Preştiinţifică

2. Filosofică
3. Știintifică

Prima etapă coincide cu perioada în care omul a devenit conştient *de sine* şi a început să-şi pună întrebări şi să încerce să-şi explice propria viaţă psihică interioară şi propriul comportament şi ţine până la apariţia primelor sisteme filosofice închegate ale antichităţii (cele mai cunoscute nouă fiind sistemele filosofice elaborate în Grecia antică - Democrit, Epicur, Platon, Aristotel).

Caracteristic pentru această perioadă este faptul că informaţiile şi explicaţiile despre fenomenele psihice se constituiau pe baza experienţelor cotidiene situaţionale, a comunicării interpersonale directe, sistematizându-se şi transmiţându-se de la o generaţie la alta în forma miturilor, legendelor, ritualurilor şi învăţăturilor practice. Baza explicativă a fenomenelor vieţii sufleteşti avea un caracter naiv-mistic, animist sau creaţionist. Credinţa în existenţa spiritelor, ca entităţi specifice în afara şi independent de corp, era factorul integrator al tuturor observaţiilor asupra omului şi celorlalte fiinţe şi lucruri din jur. Trebuie să spunem, însă, că psihologia preştiinţifică şi-a continuat existenţa şi după constituirea ştiinţei psihologice, întâlnindu-se pe scară largă şi astăzi în forma aşa-numitei psihologii populare naive. Spre deosebire însă de perioada antichităţii, psihologia populară va fi puternic penetrată de tezele şi preceptele religiei, în lumina cărora sufletul trebuie considerat de natură divină, nemuritor, opus şi separabil de trup.

Etapa psihologiei filosofice începe o dată cu elaborarea şi afirmarea primelor sisteme filosofice (sec. V şi IV î.e.n.) şi ţine până în momentul separării psihologiei în ştiinţă *de sine* stătătoare, eveniment care are loc în anul 1879, prin crearea de către Wilhelm Wundt a primului laborator experimental pentru studiul fenomenelor psihice,

în acest context, definitorii pentru prezentările şi interpretările filosofice ale vieţii psihice erau caracterul lor speculativ, abstract şi absenţa unei baze de date obţinute pe calea cercetărilor sistematice concrete. După conţinut, interpretarea şi explicarea naturii psihicului s-au individualizat în trei *modele* care s-au confruntat de-a lungul secolelor:

a) *modelul materialist,* ale cărui premise au fost create în antichitate de Democrit şi dezvoltat puternic în sec. XVII, XVIII şi XIX în lucrările lui Fr. Bacon, J. Locke, D. Hume (în Anglia), D. Diderot, D.Holbach, J. La Mettrie, Helvetius, E. Condillac (în Franţa), L. Feuerbach, Fr. Engels, K. Marx (în Germania) si care susţinea caracterul secundar şi derivat al spiritului, al conştiinţei în raport cu materia, care este considerată factor primordial şi determinant. Psihicul apare în cursul procesului natural de mişcare evolutivă a materiei şi se manifestă ca o însuşire sau o funcţie a acesteia. Proprietatea fundamentală a materiei, din care se derivă conştiinţa, este *proprietatea reflectării* - înregistrarea şi păstrarea de către un corp a urmelor acţiunii exercitate asupra lui de către un alt corp. Psihicul nu se leagă de întreaga materie şi nici de orice formă a materiei, ci doar de o formă superioară de organizare a materiei, formă identificată în sistemul nervos, în creierul fiinţei umane. Deci, psihicul va fi o funcţie a creierului. În apariţia, dezvoltarea şi manifestarea lui acţionează exclusiv legi şi cauze naturale, cognoscibile, explicabile şi controlabile.

b) *modelul idealist,* ale cărui baze au fost create în antichitate de către Platon şi care a fost dezvoltat şi perfecţionat în timp, atingând forma sa cea mai elaborată în sistemele filosofice ale lui Im. Kant (1724-1804) şi G.W.F. Hegel (1770-1831). Acest model dezvoltă teza caracterului imaterial, spiritual (pur) şi divin al psihicului, al conştiinţei. Spiritul devine factor primordial şi determinant, iar materia

în diferitele ei forme şi stări apare ca efect al obiectivării sau forţei demiurgice a spiritului. Stările subiective interne ale conştiinţei sunt predeterminate, apriorice, dinamica lor fiind guvernată de legi supranaturale divine. Ele nu pot fi reduse la nici un fel de procese şi stări materiale - biochimice, biofizice sau fiziologice. *Puritatea* lor este asigurată prin însăşi natura lor divină primordială, care le detaşează şi le opune ireconciliabil lumii profane a obiectelor şi lucrurilor, inclusiv propriului corp.

c) *modelul dualist,* ale cărui rădăcini se găsesc în filosofia lui Aristotel, dar care a fost elaborat şi lansat în circuitul cultural de către Rene Descartes (1596-1650), apare ca un fel de compromis între primele două. Astfel, el avansează şi susţine teza existenţei a două începuturi - spiritul şi materia - ireductibile unul la celălalt, dar coexistente în timp şi spaţiu, ca două linii paralele. Fiecare se caracterizează prin însuşiri şi calităţi proprii şi se supune unor legi diferite. Însuşirile şi legile materialului sunt obiect de cunoaştere şi analiză experimental-pozitivă, în timp ce însuşirile şi legile spiritualului pot fi abordate doar pe cale subiectivă, prin revelaţie, meditaţie, intuiţie.

Etapa ştiinţifică a constituirii psihologiei. În secolul XIX psihologia a devenit un domeniu ştiinţific independent. **Wilhelm Wundt** în **1879** a inaugurat la Leipzig primul laborator de psihologie experimentală, din acest motiv anul 1879 este considerat a fi anul naşterii psihologiei ştiinţifice. În 1889 deja a avut loc primul Congres de Psihologie. Obiectul de studiu propus se referea exclusiv la sfera conştiinţei. Modul de definire şi interpretare a acesteia a oscilat între substanţialism - conştiinţa fiind considerată un conglomerat de funcţii şi procese particulare având o existenţă de sine stătătoare (orientarea asociaţionistă) - şi epifenomenalism spiritualist, conştiinţa descriindu-se ca o lume subiectivă pură şi independentă, de natură spirituală,

ermetic închisă în sine, fără nici o legătură cauzală cu lumea externă şi accesibilă numai pe calea introspecţiei.
Întrucât o asemenea înţelegere limita posibilitatea utilizării metodelor obiective de cercetare, începând cu cea de-a doua decadă a secolului trecut, problema obiectului psihologiei devine din nou teren de dispută şi controversă.

În 1913, J.B. Watson în articolul său *The Psychology from the Stand point of a Behaviorist,* respinge categoric teza care afirma existenţa conştiinţei ca unică realitate psihologică. Mai mult decât atât, conştiinţa este declarată o simplă ficţiune, un epifenomen de care ştiinţa nu se poate ocupa. În locul ei, drept realitate psihologică autentică este plasat comportamentul ca ansamblu de reacţii de răspuns ale organismului, ca un tot întreg, la stimulii externi.

Astfel, psihologia va fi definită ca ştiinţă care trebuie să se ocupe cu studiul comportamentului pe baza schemei cauzalităţii univoce S - R. Devenită faimoasă, această schemă permitea, în opinia lui Watson, să se asigure integral satisfacerea cerinţelor obiectivitătii şi predictibilităţii. Prima era satisfăcută prin simplul fapt că reacţiile comportamentale - motorii şi verbo-motorii - pot fi nemijlocit observate şi înregistrate şi, totodată, posedă proprietăţi măsurabile şi cuantificabile (intensitate, latenţă, durată, viteză, direcţie, traiectorie etc). Cea de-a doua cerinţă era satisfăcută prin postularea legăturii cauzale între stimul şi reacţie: a) fiind dat un anumit stimul (S), se poate prevedea cu precizie ce reacţie (R) va provoca şi b) observând o reacţie (R), putem cu uşurinţă să indicăm stimulul care a determinat-o. Totuşi definirea obiectului psihologiei oferită de behaviorism nu a fost unanim acceptată. A fost reproşat negarea planului subiectiv intern, a conştiinţei ca realitate, ajungând să fondeze „o psihologie fără suflet". Apoi, i s-a reproşat reducţionismul simplist (reducerea gândirii, de pildă, la fluxul reacţiilor laringeale şi

articulatorii) şi mecanicismul (aşezarea întregului comportament, indiferent de gradul de complexitate, pe schema cauzală S - R). Sub presiunea criticilor, reprezentanţii behaviorismului au fost nevoiţi să revizuiască şi să amendeze modelul watsonian, începând prin a admite şi recunoaşte stările subiective interne sub denumirea de variabile intermediare, existenţa diferenţelor calitative între psihicul uman şi cel animal, reconsiderarea rolului factorilor socio-culturali în determinismul psihicului uman.

O altă viziune asupra obiectului de studiu a psihologiei a venit din partea orientării psihanalitice (S. Freud). Această orientare a demonstrat pe bază de fapte concrete că realitatea psihică nu se reduce la conştiinţă, ci ea include şi o importantă componentă inconştientă care trebuie să devină obiect al psihologiei. Dar nu numai atât. În viziunea lui S. Freud, inconştientul era componenta esenţială a vieţii psihice a omului, cu rol determinant în dinamica personalităţii şi comportamentului. Ca urmare, centrul de greutate al cercetării psihologice trebuie deplasat de la nivelul conştiinţei, la nivelul inconştientului, psihologia trebuind să devină o ştiinţă a inconştientului.

O abordare mai complexă a problemei obiectului psihologiei, care viza depăşirea caracterului unilateral - absolutizant al abordărilor prezentate mai înainte, a întreprins-o marele medic şi psiholog francez, Pierre Janet (1859-1947). Pe baza observaţiilor şi datelor faptice cu privire la bolile psihice şi a comparării lor cu observaţiile şi datele cu privire la viaţa psihică normală, Janet ajunge la concluzia că „psihologia nu poate fi altceva decât ştiinţa acţiunii umane" sau ştiinţa conduitei. Astfel, Janet, nesatisfăcut nici de soluţia introspecţionistă care absolutiza lumea subiectivă internă a conştiinţei, nici de cea behavioristă care absolutiza veriga comportamentală externă, propune un concept nou, cel de conduită, care să

desemneze obiectul de studiu al psihologiei.

Prin intermediul lui, se dorea înlăturarea rupturii dintre planul subiectiv intern şi planul obiectiv extern al comportamentului manifestat. Conduita este înţeleasă şi definită ca totalitate a manifestărilor vizibile, orientate spre „afară" împreună cu procesele invizibile responsabile de organizarea şi reglarea lor. Cu alte cuvinte, în viziunea lui Janet, conduita întruchipează în sine ansamblul actelor unei persoane, de la cele mai simple (mişcări) la cele mai complexe (procesele gândirii), orientate spre un scop şi încărcate de sens.

Pornind de la ideea că omul este o ființă activ-transformatoare si nu pasiv-contemplatoare sau reactivă, unii psihologi (J. Piaget, H. Wallon, A. Leontiev, S. Rubinștein, H. Gleitman, P. Popescu-Neveanu) au propus drept obiect de studiu al psihologiei activitatea. Activitatea este considerată adesea ca echivalent al conduitei, aşa cum a fost aceasta definită de Janet. Dar termenul de conduită se foloseşte în comunicarea cotidiană ca sinonim al termenului de comportament. Şi, cum acesta din urmă a fost compromis de behaviorism, termenul de activitate este preferabil celui de conduită.

În plus, sub aspect semantic, termenul de activitate exprimă mai adecvat unitatea contradictoriu-dinamică dintre planul subiectiv intern (mulţimea structurilor şi proceselor psihice) şi planul obiectiv extern (mulţimea reacţiilor de răspuns şi a acţiunilor materiale, motorii).

O altă încercare de definire şi circumscriere a obiectului de studiu al psihologiei a fost întreprinsă de psihologia umanistă, apărută în SUA în jurul anilor '60, secolul trecut. Fondatorii ei au fost A. Maslow şi C. Rogers, cărora li s-au alăturat Charlotte Buhler, J. Cohen, Max Pages ş.a. În lumina acestei noi orientări, psihologia nu trebuie să se ocupe cu studiul funcţiilor psihice în sine şi nici cu

studiul conduitei sau activităţii în general, ci cu studiul omului concret, cu întreaga sa problematică existenţială, în contextul situaţiilor şi evenimentelor sociale cotidiene şi al celor majore - crize economice, conflicte sociale, dezastre naturale etc.

În acea perioadă a evoluţiei istorice, psihologia nu dispunea de un obiect de studiu clar şi unitar delimitat şi definit. Fiecare şcoală îşi determina propriul său obiect, care, de multe ori, reprezenta exact opusul obiectului ales de o altă şcoală. Spre exemplu:

Asociaționismul afirma primatul părții asupra întregului. Viața psihică este o sumă de elemente. (ex: percepția este o sumă de senzații). Reprezentanți: W. Wundt, Ed. Titchner etc. Gestaltismul (ger. Gestalt) acorda atenție întregului în raport cu partea. (Există percepția. Senzația este doar o presupoziție teoretică). Reprezentanți: W. Kohler, K. Koffka, M. Wertheimer ș.a. Introspecționismul, obiectul de studiu al psihologiei îl constituie conştiinţa înţeleasă ca o lume internă, subiectivă, închisă, fără nici o legatură cu exteriorul. Reprezentanți: Th. Lipps etc. Behaviorismul, reacţie la introspecţionism, ce consideră că numai conduita, comportamentul, latura exteriorizată, reacţiile care pot fi citite şi interpretate constitui obiectul psihologiei. Reprezentanți: J. Watson, B. Skinner, C. Hull, S. Stevens, J. Bruner, K. Pribram, C. Tolman (SUA), K. Lorenz (Germania) şi H. Pieron (Franţa). Psihanaliza, principiul existenței dualităţii conştient - inconştient, referitoare la bazele biologice ale instinctelor şi instanţele funcţionale ale psihicului- inconştient, subconştient, conştient. Reprezentanți: S. Freud etc.

Psihologia umanistă susține că omul este mai mult decât o colecție de instincte, tendințe sau condiționări, fiecare persoană fiind unică si demnă de respect. Reprezentanți: A. Maslow, C. Rogers. Psihologia cognitivistă orientată pe cercetarea cu prioritate a proceselor mintale. Reprezentanți: J. Piaget, L. Vîgotsky ș.a.

De-abia la începutul anilor '60 ai secolului trecut, psihologia s-a apropiat de o circumscriere larg acceptată a obiectului de studiu. Astfel, în prezent, psihologia este definită drept ştiinţa care se ocupă cu studiul legilor generale ale devenirii, funcţionării şi mecanismelor organizării psihocomportamentale, pe scară animală şi umană.

III. Legătura psihologiei cu alte ştiinţe. Ramurile psihologiei

Psihologia este ştiinţa centrală între ştiintele despre om. În 1929 Karl Buhler propunea modelul triunghiular al psihologiei ştiinţifice, în care psihologia era amplasată la intersecţia ştiintelor umaniste, ştiinţelor sociale şi ştiinţelor naturale.

Peste 50 de ani P.E. Meehl (1978) propune, sub influenţa TI, distincţia dintre psihologia „hard" şi psihologia „soft", potrivit căreia influenţa stiinţelor naturii a orientat psihologia spre studiul riguros al comportamentului, ştiinţele sociale au accentuat importanţa mediului social, iar ştiinţele umaniste au direcţionat atenţia spre necesitatea sublinierii importanţei aspectelor subiective.

Mielu Zlate (1994) grupează ştiinţele aplicative în patru categorii: prima categorie include ştiinţele fundamentale ale omului (biologia, sociologia, filosofia) interpretat ca fiinţă bio-psiho- socială; a doua şi a treia grupă includ diverse ştiinţe referitoare la principalele tipuri de activităţi

îndeplinite de om (educative, economice, manageriale, cultural-artistice, sportive, militare tec.); a patra grupă include stiinţele ocupate cu integritatea fizică şi psihică a omului (medicina, neurologia, psihiatria). La confluenţa cu fiecare dintre aceste ştiinţe psihologia generală şi-a definit propriile ei ramuri aplicative, cu menţiunea că psihologia ocupă locul central în raport cu toate celelalte ştiinţe, iar mai importantă decât distincţia categorică a ştiinţelor este cooperarea şi interdisciplinaritatea lor.

Psihologia contemporană constituie un sistem de ştiinţe psihologice teoretice şi aplicative foarte complex. Nucleul acestui sistem îl formează psihologia generală care este ştiinţa psihologică despre psihicul şi personalitatea omului matur şi normal. În jurul ei gravitează celelalte ştiinţe psihologice. Aceste ştiinţe sunt: psihologia vârstelor (se ocupă de studierea modului în care se dezvoltă psihicul şi personalitatea de la naşterea omului până la moartea lui); psihologia pedagogică (studiază legităţile învăţării şi ale dezvoltării personalităţii prin instruire şi educaţie), psihologia socială (studiază fenomenele psihice care se produc în grupurile umane (compatibilitate, conformism etc.); psihologia inginerească (cercetează relaţia om-maşină şi implicaţiile psihologice ale acesteia). Alte discipline psihologice sânt: psihologia muncii, a sportului, medicală, judiciară, zoopsihologia, patopsihologia etc.

IV. Metodele de cercetare ale psihologie

Psihologia recurge, în cercetarea obiectului său, la o serie de metode specifice de obţinere a informaţiei şi de control asupra diferitelor variabile. Cele mai importante sunt: a) observaţia; b) autoobservaţia; c) experimentul de laborator; d) experimentul natural; e) metoda biografică; f) analiza produselor activităţii; g) metoda interviului şi a convorbirii; h) metoda genetică şi comparată; i) metoda

testelor.

Metoda (din limba greacă = metodos - cale, itinerar, urmărire) reprezintă chiar calea, itinerariul, structura de ordine sau programul după care se reglează demersul teoretic - intelectiv şi / sau practic - instrumental adoptat în vederea atingerii unui scop;

Metodologia (din limba greacă = metodos & logos - discurs, ştiinţă, cunoaştere) cercetării denumeşte ştiinţa despre metode derivată din teoria ştiinţifică a metodelor de cercetare şi concepţia generală („filosofia”) despre obiectul investigat. Sub acest aspect, fiecare din curentele sau şcolile psihologiei prezintă şi o **metodă** ce apare ca origine a doctrinei lor.

Procedeu sau **tehnică de cercetare** - un mijloc, un mod de operare în cadrul unei metode (modus operandi).

Metoda observaţi constă în urmărirea atentă, intenţionată şi înregistrarea exactă, sistematică a diferitelor manifestări ale individului, ca şi a contextului situaţional în care acestea se produc, în scopul identificării unor aspecte esențiale ale vieţii psihice. Conţinutul observaţiei:

simptomatica stabilă - trăsăturile bio-constituţionale ale individului şi trăsăturile fiziognomice;

simptomatica labilă - comportamentele şi conduitele flexibile, mobile ale individului (conduita verbală, motorie, mnezică, varietatea expresiilor: gesturile, mimica, mersul, particularităţile limbajului etc.

atitudinile şi comportamentul social - modalităţile în care interacţionează cu ceilaţi în diferite contexte sociale; aspecte care relevă unele din caracteristicile personalităţii celui observat.

Criteriile de clasificare a observației psihologice:

I. După orientarea actului observaţional, deosebim:

Introspecţia - observaţia atentă a propriilor trăiri, insesizabile din exterior;

Extrospecţia - observaţie externă.

II. După prezenţa sau absenţa intenţiei de a observa:

Ocazională

Sistematică

III. După prezenţa sau absenţa observatorului:

Directă - bazată pe prezenţa observatorului şi pe conştientizarea acesteia de către subiecţii observaţi;

Indirectă sau mediată - observatorul este amplasat în spatele unor geamuri cu vedere unilaterală.

IV. După implicarea/nonimplicarea observatorului:

Pasivă - fără implicarea directă a observatorului în activitate;

Participativă - observatorul devine membru al grupului.

V. După durata observării:

Continuă - efectuată pe perioadă mai mare de timp;

Discontinuă - pe unităţi de timp mai mici şi la intervale diferite.

VI. După obiectivele urmărite:

Integrală - ţinteşte întreaga conduită;

Selectivă - se concentrează asupra unei singure conduite.

Condiţii necesare pentru aplicarea metodei observaţiei:

* Stabilirea clară, precisă a obiectivelor observării (ce dorim să observăm?).
* Asigurarea varietăţii condiţiilor în care se desfăşoasră observaţia (pentru a face concluzii, trebuie de desfăşurat mai multe observaţii în circumstanţe diferite. Ex: Elevul trebuie observat nu doar în timpul lecţiei, dar şi în recreaţii, în stradă, acasă, etc)
* Selectarea mijloacelor potrivite pentru documentarea observaţiilor (cronometre, magnetofoane, aparat foto, etc)
* Elaborarea unui plan riguros de observaţie (de la ce ipoteze se va porni, unde şi cînd va fi efectuată, cît timp va dura, etc)
* Consemnarea imediată şi exactă a observaţiilor (a faptelor,

nu a interpretărilor).
* Realizarea camuflată a observaţiilor (pentru evidenţierea reacţiilor, comportamentelor fireşti).
Avantajele acestei metode sunt naturaleţea şi autenticitatea fenomenelor investigate, economicitatea şi simplitatea efectuării.
Dezavantajele decurg din insuficienta rigoare în izolarea variabilelor, mascarea relaţiilor dinre cauză şi efect, limitarea posibilităţilor de a comunica cu subiectul investigat, aşteptarea îndelungată (uneori) a producerii fenomenelor vizate.

Metoda experimentului constă în provocarea unui fapt psihic, în condiţii bine determinate cu scopul de a verifica o ipoteză. Alături de observaţie, este o metodă centrală în psihologie.

Tipuri de experiment:

- ❖ **de laborator,** se realizează în condiţii artificiale, subiectul este scos din ambianţa cotidiană şi introdus într-un loc special amenajat (laborator pentru experimentare, iar sarcinile cu care se confruntă sunt de asemenea artificiale).

Avantajul pentru cercetare constă în **precizia şi controlul riguros** a situaţiei experimentale de către cercetător. Spre deosebire de observaţie, în care cercetătorul este nevoit să aştepte intrarea în funcţiune a fenomenului studiat , în experiment cercetătorul:

- Intervine efectiv, provoacă intenţionat fenomenul;
- Variază, modifică condiţiile de manifestare a fenomenelor p/u a sesiza mai bine relaţiile dintre variabilele experimentate;
- Repetă fenomenul pe acelaşi subiect sau pe subiecţi diferiţi p/u a determina legitatea lui de manifestare;

- Compară rezulultatele obţinute la grupul experimental cu cele obţinute la grupul martor sau de control, etc.

❖ **natural** se realizează în condiţii naturale, fireşti; sarcina este naturală, deoarece subiectul se manifestă „in vivo”; este mai imprecis decât primul, dar mai autentic, mai realist.

Metoda convorbirii este o **discuţie premeditată** dintre un specialist (psiholog) şi subiectul investigat şi presupune:
*Relaţia directă dintre cercetător şi subiect;
*Schimbarea locului şi rolului partenerilor;
*Sinceritatea subiectului, evitarea răspunsurilor incomplete şi a tendinţei de disimulare;
*Se bazează pe capacitatea de introspecţie a subiectului şi pe capacitatea de empatie a psihologului;
*Necesită o motivaţie corespunzătoare a subiecţilor;
*Crearea unei atmosfere de compatibilitate dintre partener şi psiholog.

Condiţiile unei convorbiri metodice:
- preocuparea specialistului spre esenţial, autentic, real psihologic;
- adecvarea continuă la relatările subiectului;
- atmosferă permisivă, destinsă, favorabilă comunicării autentice.

Formele convorbirii:
Standardizată, dirijată, structurată se bazează pe formularea aceloraşi întrebări, în aceeaşi formă şi aceaşi ordine pentru toţi subiecţii.
Semistandardizată sau semistructurată, în care se poate schimba forma întrebărilor, succesiunea sau se pot pune întrebări suplimentare.

Liberă (spontană) nu presupune folosirea unor întrebări anterior standardizate, ci se adaptează situaţiei hic et nunc. Psihanalitică (S. Freud) se bazează pe metoda specifică psihanalizei denumită asociaţia liberă de idei şi este folosită pentru analiza şi interpretarea viselor sau a diferitelor probleme ale pacientului.
Non-directivă (C. Rogers) implică crearea condiţiilor psihologice ce facilitează relatările spontane ale subiectului, fără ca acesta să fie permanent interogat.

Metoda anchetei constă în inventarierea sistematică a unor informaţii despre viaţa psihică a unui individ sau grup social şi interpretarea acestora în vederea desprinderii unor semnificaţii relevante ştiinţific. **Tipuri** de anchetă psihologică:

I. Ancheta bazată pe chestionar implică mai multe etape:

- stabilirea obiectului (scopului);
- documentarea;
- formularea ipotezei;
- determinarea populaţiei;
- eşantionarea;
- alegerea tehnicilor de redactare a chestionarului;
- pretestarea;
- definitivarea chestionarului;
- alegerea metodelor de administrare a chestionarului;
- analiza rezultatelor;
- redactarea raportului de anchetă.

Clasificarea anchetei

După conţinutul întrebărilor incluse în chestionar pot fi:
***factuale** sau **de identificare** (vârstă, sex, studii etc.);
*de **opinie, atitudini, cunoştinţe** etc.
După tipul de întrebări utilizate:
*cu răspunsuri închise (da, nu);

*cu răspunsuri deschise (la iniţiativa subiectului/ respondentului);
*cu răspunsuri în evantai (mai multe răspunsuri din care subiectul alege);
Greşeli posibile la formularea întrebărilor: limbaj greoi, artificializat, prea generale, care sugerează răspunsul etc.

II. Ancheta pe bază de interviu implică derularea unui dialog pe o temă dată, fiecare participant păstrându-şi locul de emiţător sau receptor.
Tipuri de interviu:
*individuale;
*de grup;
*clinice (centrate pe persoană);
*focalizate (centrate pe tema investigată).
Ancheta, de orice fel, are **avantajul** că permite investigarea unui număr mare de subiecţi, într-un timp scurt, cu obţinerea unui material bogat, relativ uşor de prelucrat.

Metoda testelor include toate demersurile metodice destinate măsurării capacităţilor psihice individuale în vederea evaluării prezenţei/absenţei lor şi mai ales a gradului de dezvoltare a acestora la un subiect. Cea mai cunoscută şi răspândită metodă este cea a **testelor psihologice. Testul** psihologic este o probă relativ scurtă ce permite cercetătorului strângerea unor informaţii obiective despre subiect, pe baza cărora să poată diagnostica nivelul capacităţilor măsurate şi formula un prognostic asupra evoluţiei sale ulterioare. Termenul de test a fost introdus în psihologie de J.Mc Keen Cattell (1860-1944); testele au fost mai înâi utilizate în determinarea dezvoltării intelectuale a copiilor de către Alfred Binet (1857-1911), apoi s-au extins la cele mai diverse funcţii şi domenii de activitate.

Obiectivitatea testelor impune să se îndeplinească următoarele **condiţii:**

*validitatea (adică să măsoare exact ce îşi propune);

*fidelitatea (să permită obţinerea unor performanţe relativ stabile şi la o nouă aplicare);

*standardizarea (să pună toţi subiecţii în aceleaşi condiţii) de regulă, se standardizează: conţinutul probei, modul de conduită al cercetătorului faţă de subiect/subiecţi, timpul de aplicare al probei;

*etalonarea (adică stabilirea unui etalon, a unei unităţi de măsură a rezultatelor obţinute).

Criterii de clasifcare a testelor:

după durată: cu timp strict limitat, autotempou (la iniţiativa subiectului); după modul de aplicare: individuale, colective; după materialul folosit verbale, nonverbale; după scopul urmărit şi conţinutul măsurat: teste de performanţă, de cunoştinţe, de nivel intelectual, de aptitudini, teste de comportament etc.

Pentru a spori utilitatea şi eficienţa testelor este necesară respectarea următoarelor recomandări:

- ✓ Crearea unor teste în concordanţă cu specificul sociocultural al populaţiei sau , cel puţin, adaptarea celor elaborate pe specificul altor culturi;
- ✓ Utilizarea nu doar a unui singur test în măsurarea unei însuşiri psihice, ci a unor baterii de teste;
- ✓ Corelarea rezultatelor de la teste cu rezultatele obţinute în activitatea practică;
- ✓ Corelarea rezultatelor obţinute prin aplicarea testelor cu rezultatele obţinute prin aplicarea altor metode, etc.

TEMA: SENZAŢIILE

PLANUL:

I. Definirea şi caracterizarea generală a senzaţiilor

II. Analizatorul. Clasificarea senzaţiilor

III.Legile senzaţiilor

I.Definirea şi caracterizarea generală a senzaţiilor

Legătura informațională cea mai simplă a omului cu mediul extern si cel intern, cu realitatea ce-l înconjoară, este realizată prin intermediul senzațiilor. Toate celelalte raporturi mai complexe nu se pot constitui fără a avea o bază senzorială. Înțelegerea procesului senzorial-cognitiv și perceptiv-cognitiv este important pentru înțelegerea evoluției gândirii și a funcționării ei, precum și a comportamentului uman. Înțelegând faptul că aceste calități pe care noi le atribuim experiențelor noastre nu sunt produse ale lumii externe, ci sunt produse ale minții, putem întelege de ce percepem lucrurile așa cum o facem.

Felul cum oamenii percep lumea este dictat de evoluție. Percepțiile negative au descurajat indivizii să interacționeze cu acel obiect. De exemplu, dacă un animal mirosea urât, avea un gust rău, arata urât etc, indivizii îl ocoleau sau îl omorau (cum este în cazul paianjenilor, gândacilor etc). Dacă arata bine, avea un gust bun (de exemplu, animalele domestice precum găina, iepurile), oamenii erau încurajați să crească acel animal sau plantă. Percepțiile omului asupra lumii înconjurătoare au fost modelate printr-un proces al selecției naturale. Nimic nu este urât, plăcut, neplăcut. Sunt mai degrabă feluri comune de a vedea lucrurile, subiective datorită evoluției. Tutunul poate avea un miros neplăcut pentru o persoană, iar dacă se apucă de fumat, ea poate percepe mirosul respectiv ca fiind unul plăcut.

Senzaţiile sunt procese psihice elementare, care reflectă diferitele însuşiri ale obiectelor şi fenomenelor lumii externe, precum şi stările interne ale organismului, în momentul acţiunii nemijlocite a stimulilor respectivi asupra receptorilor.

Desi senzațiile sunt fenomene reale ale vieții psihice, rareori omul le realizează separat. În mod obișnuit, ele sunt

integrate proceselor psihice mai complexe.

Funcţiile senzaţiilor:

*Realizarea legăturii informaţionale simple cu mediul.
*Contribuie la conştientizarea lumii şi a propriei fiinţe.
*Interacţionează cu celelalte procese psihice.

Caracteristicile senzaţiilor:

*este proces psihic senzorial – face parte din prima treaptă a proceselor de cunoaştere, alături de percepţie şi reprezentare;
* proces psihic elementar – procesul psihic cel mai simplu, dar care stă la baza tuturor celorlalte procese psihice de cunoaştere; este prima legătură informaţională cu mediul – cunoaşterea începe prin senzaţii;
*o imagine simplă – reflectă, separat, însuşirile concrete ale unui obiect, cuprinzînd astfel informaţii despre cîte o singură însuşire;
* imagine primară – se produce numai în condiţiile acţiunii nemijlocite a stimulilor asupra analizatorilor;
*are o anumită intensitate – aceasta depinde de intensitatea stimulului şi de starea generală a subiectului;
*are o anumită calitate – aceasta este dată de natura stimulului şi de tipul analizatorului specializat pentru acest tip de stimuli;
*are o anumită durată – durata acţiunii stimulului;
*dispune de o tonalitate afectivă – fiecare senzaţie are un caracter plăcut sau neplecut.

II. Analizatorul. Clasificarea senzaţiilor

Analizatorii sunt aparate de semnalizare senzorială, specializate şi autoreglabile ce îndeplinesc funcţii de recepţie, făcând posibilă senzaţia.

Fiecare analizator este compus din:

I. **Receptor** sau segmentul periferic al analizatorului, care transferă energia excitanţilor externi în influx nervos.

II. **Calea de conducere** sau calea aferentă a influxului nervos ce constituie veriga intermediară (senzitivă, centripetă, care duce excitaţia la scoarţa cerebrală) şi face un prim filtraj al influxurilor nervoase.
III. **Veriga centrală** sau segmentul cortical (zona de proiecţie), este de cea mai mare importanţă şi prezintă o zonă corticală specializată în operaţii de decodificare, de transformare a impulsurilor nervoase în fapt psihic, în senzaţii umane prin zone corticale de localizări funcţional-asociative.
IV. **Conexiunea inversă** sau aferentaţia inversă, care participă la autoreglarea analizatorilor pentru receptarea cât mai deplină şi fidelă a stimulilor; transmiterea impulsurilor nervoase ca mesaj autoreglator de la centrii corticali spre periferia analizatorului; se realizează pe căi aferente care se găsesc în componenţa nervilor senzitivi.

Modificarea stării funcţionale a analizatorilor este o reacţie particulară a reacţiilor de adaptare a întregului organism. Cercetând autoreglarea analizatorilor din punct de vedere al semnificaţiei biologice a reflexelor care participă în această adaptare, se consideră că cea mai mare însemnătate o are aici interacţiunea reflexelor de orientare, adaptare şi apărare. Funcţia analizatorului este de a distinge diferiţi stimuli care acţionează asupra lui şi de a efectua analiza sau diferenţierea calitativă în cadrul fiecărui stimul. Aceasta implică o diviziune a analizatorilor care configurează un criteriu în clasificarea sau felurile senzaţiilor. Analizatorul are o activitate reflexă unitară. Lipsa oricărei verigi, şi mai ales , a celei centrale, face imposibilă apariţia senzaţiei pentru care este specializat acel analizator. De asemenea, funcţionarea insuficientă a unora sau altora dintre componente perturbă realizarea senzaţiilor corespunzătoare.

Sunt **3 categorii de senzaţii**, în funcţie de organul receptor:
1) Senzaţiile exteroceptive, care reflectă excitaţii din afara corpului nostru.
2) Senzaţii proprioceptive, care reflectă poziţia şi mişcările corpului nostru, delimitând: senzaţii kinestezice, senzaţii de echilibru.
3) Senzaţii interoceptive, care informează despre stările şi modificările organelor noastre interne şi a proceselor vegetative, se disting ca senzaţii de durere.

<u>Senzaţii tactile/cutanate</u>

Senzaţiile tactile sunt provocate de receptorii aflaţi pe piele:
1) **Senzaţii de contact şi presiune.**
2) **Senzaţia de durere** – apare în legătură cu orice excitant puternic (presiune mare, arsură, împunsătură).
3) Senzaţia termică. Apare la diferenţa de temperatură dintre corpul propriu şi cea a obiectului exterior cu care intrăm în contact.

Analizatorul responsabil de senzaţia vizuală este ochiul, un organ cu o structură foarte complexă. Fiecare ochi conţine un sistem de formare a imaginii (corneea, pupila) şi un sistem pentru transformarea imaginii în impulsuri electrice, acest sistem se află în retină şi conţine receptori vizuali: celule cu bastonaşe şi conuri. Vederea furnizează peste 90% din informațiile asupra mediului înconjurător, de aceea are o importanță fiziologica considerabilă, nu numai în diferențierea luminozității, formei și culorii obiectelor, dar și în orientarea în spațiu, menținerea echilibrului și a tonusului cortical (atenția). La nivelul ochiului se găsesc receptorii sensibili la cantitatea și calitatea undelor luminoase, căile de transmitere a informației și zonele de proiecție corticală unde se face analiza și sinteza informațiilor.

Globul ocular este alcătuit din mai multe învelișuri, sistemul receptor și un aparat optic. Învelișurile globului ocular sunt: sclerotica (exterioară, cu rol de protecție), coroida (asigură nutriția ochiului) si retina, care este sediul sistemului receptor. Aparatul optic al globului ocular are rolul de a focaliza pe retină razele luminoase, de a produce o imagine reală, redusă și inversată a obiectelor și este constituit din mai multe medii refringente. Corneea este transparentă, avasculară, bogat inervată, având o rețea de terminații nervoase libere, sensibile la durere, presiune, tact, cald si rece. Cristalinul este o lentilă biconvexă, situată în spatele irisului, fiind înconjurat de o capsulă – cristaloidă, fixat de mușchii ciliari. Aceștia, împreună cu cristalinul, constituie un perete despărțitor între camera anterioară cuprinsă între cristalin si cornee, si camera posterioară, situată între cristalin si retină. În camera anterioară se găsește umoarea apoasă, iar în spatele cristalinului se afla corpul vâtros (umoarea sticloasă).

Sistemul receptor este constituit de retină (derivat embriologic, alcatuit din 10 straturi; stratul extern este format din celule pigmentare, care trimit prelungiri în jurul celulelor receptoare retiniene, formând o cameră obscură în jurul lor), tunica internă a globului ocular. La polul posterior al ochiului, pe axul antero-posterior, există pe retină pata galbenă (macula lutea) cu o depresiune în centrul ei (fovea centralis) considerată zona cu acuitate vizuală maximă.

Elementele celulare fotoreceptoare ale retinei sunt celulele cu conuri si cu bastonașe. Celulele cu bastonașe, în număr de 125-130 milioane, sunt foarte sensibile la lumină, fiind receptorii vederii nocturne, dar nu pot furniza detalii asupra obiectelor, și nici asupra culorii lor. Celulele cu conuri, în număr de 5-7 milioane, au un prag de sensibilitate mult mai ridicat, si o acuitate mai mare, sunt răspunzătoare

de vederea în lumina puternică si de perceperea culorii obiectelor.

Senzaţia vizuală are trei proprietăţi de bază:
*Tonul cromatic – culoarea obiectului.
*Luminozitate – locul pe care îl ocupă aceeaşi culoare pe o scală, în care cea mai luminoasă culoare este albul, iar cea mai puţin luminoasă este negrul.
*Saturaţia – puritatea, intensitatea culorii.
Combinarea acestor trei proprietăţi generează foarte multe nuanţe cromatice (cîteva mii).

Rolul culorilor:
Semnalează existenţa unor obiecte.
Calmează sau activează sistemul nervos al omului.

Simţul auditiv este o undă de presiune modificabilă (unda sonoră). Analizatorul responsabil de această senzaţie este urechea - un organ complex, cu rol fundamental în percepția sunetelor, menținerea presiunii interne și păstrarea echilibrului psihomotor al omului. Urechea externă este formată din pavilion și conduct auditiv extern, urechea medie este compusă din trompa lui Eustachio, timpan, și trei oscioare mobile: ciocanul, nicovala și scărița, iar urechea internă este formată dintr-un labirint osos, unul membranos și endolimfa. Senzația auditivă apare la acţiunea undelor sonore de anumită frecvență, limitele medii perceptibile pornesc aproximativ de la 20 Hz (hertz – număr de vibrații pe secundă) la 20000 Hz, și are 3 proprietăţi de bază: *Frecvenţa vibraţiilor - determină înălţimea sunetului. *Amplificarea undei – energia undei, determină intensitatea. *Forma undei – este dată de natura sursei sonore – determină timbrul.

Senzaţii olfactive. Organul mirosului este constituit din mucoasa olfactivă, aflată în treimea posterioară a foselor nazale, în care se găsesc celulele nervoase olfactive.

Receptorii aflaţi în cavitatea nazală sunt conectaţi fără sinapse cu creierul - „are o rută directă”. Nasul și fosele nazale au multiple funcțiuni în respirație, ionizarea și filtrarea aerului, absorbția energetică a oxigenului, energizarea creierului (prin osul ciuruit) și, bineînțeles, în percepții olfactive. Punctele olfactive sunt situate în partea superioară a foselor nazale, identificarea olfactivă realizându-se la nivel molecular. Senzaţia olfactivă apare la acţiunea moleculelor din compoziţia unei substanţe. Aceste molecule sunt eliberate de substanţă şi circulă prin aer, ajungând în cavitatea nazală. Partea inferioară a foselor nazale este destinată respirației, încălzirii și filtrării aerului.

Rolul senzaţiilor olfactive:
*Semnalează proprietăţile de miros ale obiectelor.
*Sunt implicate în mecanismele de apărare (evitarea substanţelor nocive).
*Reglează apetitul.
*Contribuie la buna sau proasta dispoziţie a individului.

Senzaţii gustative apar la acţiunea stimulilor gustativi - substanţă solubilă în salivă. Analizatorul reprezintă mugurii gustativi, situaţi la nivelul papilelor limbii. Sistemul digestiv este deservit de miros, văz și, în principal de gust. Papilele gustative fungiforme, filiforme, caliciforme și coroliforme sunt situate pe mucoasa linguală și discern diferențiat patru tipuri de gusturi: dulce, sarat, acru, amar. Din combinația acestor gusturi de bază pot rezulta zeci de mii de savori perceptibile diferite, sporite și nuanțate fin de miros, cu care se află în strânsă legatură. Sensibilitatea la diferiţi stimuli gustativi depinde de regiunea stimulată a limbii.

Pielea, cel mai extins organ al corpului, are funcțiuni complexe de proiecție, de eliminare a toxinelor, de respirație cutanată și, datorită numeroaselor terminații nervoase, de

simț tactil. Pielea este un organ suplu, elastic, impermeabil și destul de rezistent, cu grosime variabilă. Este formată din doua straturi, epiderma și derma. Pielea este acidă pe suprafețele netede și alcalină la încheieturi. Ca sediu al percepțiilor noastre tactile, este zona de contact cu lumea exterioară. Anexele pielii sunt: glandele sudoripare, glandele sebacee, glandele mamare, părul, unghiile și terminațiile nervoase tactile (nervii receptori).

Oamenii nu percepem realitatea într-un mod direct, ceea ce omul experimentează este un model al realității construit în creier, cu ajutorul simturilor. Organele senzitive detectează diverse aspecte ale lumii materiale înconjurătoare și crează semnale ce sunt trimise către creier, iar acesta, construiește un model bazat pe aceste semnale. Modelul creat este sincronizat cu realitatea externă, ceea ce ne permite să interacționăm cu lumea externă prin acest model mental. Culorile, sunetul, mirosul, gustul, toate aceste senzații nu sunt “reale”. Ele nu există în lumea exterioară. De exemplu, nu există “sunet”. Nu sunetul călătorește, ci undele dintr-un mediu precum aerul sau apa. Moleculele din respectivul mediu sunt compresate și se mișcă datorită legilor naturii. Aceste unde nu au un sunet, ci sunt create de creierul uman. Diferite organisme pot modela aceste unde în moduri diferite. Delfinii și liliecii modelează acest semnal într-un mod vizual, recepționând practic imagini ale lumii inconjurătoare.

La fel se întâmplă și în cazul altor simțuri. Culoarea este și ea, un concept construit mental. Există multe unde electromagnetice diferite ce călătoresc în univers și bombardează lumea materiala. Ochiul uman este capabil a vedea doar o anumită porțiune a acestor unde, numită “spectrul vizibil”, ce declanșează un raspuns în celulele receptoare din ochiul uman trimițând un semnal electric către creier, ce apoi crează un model al realității. Creierul

folosește “culoarea” pentru a reprezenta diferite lungimi de undă, dar ceea ce există de fapt nu este culoarea, ci doar diferențele între undele electromagnetice ce se reflectează din obiectele înconjurătoare. Culorile nu sunt o proprietate a lumii înconjurătoare, ci sunt doar o reprezentare mentala a undelor, fiind doar o creație a minții omului.

Gustul și mirosul sunt alte două căi după care creierul realizeaza modele reprezentând proprietățile mediului înconjurător. Asemenea culorii și sunetului, ela sunt “construite” în mintea umană. Oamenii pot distinge aproximativ 10.000 de chimicale diferite. Moleculele din aer pătrund prin fosele nazale și se atașează de receptori. Dacă celulele au receptori pentru aceste molecule, ele trimit semnale către creier indicând ce receptori au fost declanșați, iar creierul crează o senzație pentru a înregistra semnalul. Percepem mirosurile atât instinctiv cât și prin învățare. Cu alte cuvinte, modul cum pot fi percepute diferite mirosuri se află într-o strânsă legatură cu experiențele omului.

Gustul funcționează practic în același mod ca și mirosul. Limba conține cinci tipuri de receptori, care în mare parte, percep gustul dulce, sărat, amar, acru și încă unul mai puțin cunoscut, un receptor pentru aminoacizi (proteine) declanșat de produsele lactate sau de carne.

III. Legile senzaţiilor

Legea intensităţii

Existenţa unui stimul în mediul înconjurător şi chiar acţiunea acestuia asupra organismului nu sunt suficiente pentru producerea unei senzaţii. Pentru ca senzaţia să apară este necesar ca stimulul să aibă o anumită intensitate.
Cantitatea minimă de intensitate a stimul ului capabilă de a produce o senzaţie poartă denumirea de prag diferenţial. Acesta este extrem de diferit de la o senzaţie la alta. În cazul senzaţiilor vizuale pragul absolut minim este de 1-2 cuante,

în cele auditive de 16.20 vibraţii/secundă, pentru senzaţiile tactile e nevoie de o energie de 100-10.000 ori mai mare decât energia optică sau acustică. În cazul senzaţiilor gustative e nevoie de o cantitate de 25.000 ori mai mare de molecule decât pentru senzaţiile olfactive.
Stimulii care nu ating valorile de intensitate minimală, fiind subliminali, produc efecte fiziologice, dar nu sunt integraţi senzorial decât dacă sunt însumaţi sau asociaţi cu stimuli semnificativi.

Cantitatea maximă de intensitate a stimulului care produce o senzaţie de acelaşi fel, deci în cadrul aceleiaşi modalităţi senzoriale, poartă denumirea de prag absolut maximal. Depăşirea lui declanşează, ca urmare a suprasolicitării analizatorului fie durerea, fie neutralitatea aparatului în raport cu stimulul. Ex: vizual – 1.000 milimicroni (unde ultraviolete); auditiv – 20.000 Hz (ultrasunetele) duc la senzaţie de jenă la disconfort, la durere.

Dintre cele două praguri cel absolut minimal a fost luat drept indicator al sensibilităţii absolute:

$S_0 = \frac{1}{p}$, unde So – sensibilitatea absolută a unui analizator;

p - prag absolut minimal.

Între sensibilitatea absolută şi pragul absolut minimal există un raport invers proporţional: cu cât pragul absolut minimal este mai mic, cu atât sensibilitatea absolută este mai mare şi invers, cu cât el este mai mare cu atât sensibilitatea este mai mică.

Omul dispune de capacitatea de a sesiza nu numai limitele minime sau maxime ale intensităţii unor stimuli ci şi existenţa unor diferenţe foarte fine între intensităţile variabile ale stimulilor, diferenţe măsurate cu ajutorul pragului diferenţial.

Diferenţa minimă dintre două stimulări, care produc o senzaţie nouă, abia sesizabilă, se numeşte **prag diferenţial.**

Capacitatea cu ajutorul căreia se surprind astfel de diferenţe minime între stimuli poartă denumirea de sensibilitate diferenţială.

Ex: o sursă de lumină ce ne încălzeşte; la un cor din 70 persoane se mai adaugă încă unul şi în rezultat nu se va simţi nici o creştere a puterii corului; ceaiul fără zahăr + un vârf de cuţit va produce o nouă senzaţie.

Proporţia cu care trebuie să crească intensitatea stimulului pentru a produce o modificare abia sesizabilă nu este aceeaşi pentru toţi analizatorii. Pentru analizatorul chinestezic este ca în cazul senzaţiei de greutate 1/30 sau 1/40 (la 100 gr se adaugă 30 gr); pentru auditiv 1/10 (100Hz + 10Hz); pentru olfactiv 1/3; pentru vizual 1/10 (100 milimicroni + 10 milimicroni).

Legea adaptării

Sensibilitatea nu rămâne nemodificată sub influenţa îndelungată a unui stimul specific de intensitate constantă. Dimpotrivă ea se modifică odată cu schimbarea condiţiilor de mediu.

Creşterea sau scăderea sensibilităţii ca urmare a acţiunii repetate a stimulilor sau a modificărilor condiţiilor de mediu poartă denumirea de adaptare senzorială. Acest fenomen este uşor demonstrabil prin trecerea bruscă dintr-un mediu în altul (lumină-întuneric, rece-cald). Trecerea de la lumină la întuneric presupune creşterea sensibilităţii, de la întuneric la lumină – scăderea ei. Procesul de adaptarea se realizează gradat.

Adaptarea este un fenomen relaţional, deoarece ia în considerare nivelul iniţial al sensibilităţii luând apoi valori diferite în funcţie de intensitatea şi durata stimulului. De obicei, la stimuli puternici sensibilitatea scade, iar la cei

slabi creşte. Scăderea sensibilităţii se interpretează în două moduri:
1. Diminuarea treptată a senzaţiilor fără a ajunge la dispariţia lor (în odaia în care s-a fumat la început senzaţiile odorifice par greu de suportat, cu timpul sensibilitatea scade şi senzaţiile devin mai slabe);
2. Dispariţia totală a sensibilităţii (ca urmare a adaptării la presiune nu mai simţim greutatea hainelor).
După rapiditatea adaptării lor, analizatorii au fost clasificaţi în:
1. Uşor adaptabili: tactili, termici, olfactivi, gustativi, vizuali.
2. Greu adaptabili: auditivi.
În cazul senzaţiilor auditive chiar dacă adaptarea are loc, ea se produce în limite reduse, iar dacă acţiunea stimulului continuă, se instalează fenomenul oboselii.
Adaptarea depinde de:
- ✓ nivelul iniţial al sensibilităţii;
- ✓ natura, durata, intensitatea stimulului care acţionează asupra organismului;
- ✓ particularităţile morfo-funcţionale ale organelor de simţ;
- ✓ particularităţile contextului obiectiv şi subiectiv în care are loc recepţia.

Legea sensibilizării

Sensibilizarea presupune creşterea sensibilităţii datorită intervenţiei unor fenomene de interacţiune. Aceste fenomene de interacţiune se produc la mai multe nivele:
1. La nivelul receptorului unui analizator: stimularea bastonaşelor din retină duce la creşterea sensibilităţii conurilor;
2. Interacţiunea segmentelor a unui şi aceluiaşi analizator: excitarea porţiunii periferice a retinei ochiului duce la creşterea sensibilităţii porţiunii centrale a celuilalt ochi;

3. Interacţiunea dintre analizatori: auzim mai bine la lumină decât în întuneric. Lazarev a demonstrat încă în 1904 influenţa acţiunii analizatorului vizual asupra celui auditiv: sunetul se aude mai bine (tare) în timpul aprinderii luminii şi mai încet în timpul stingerii luminii.
Fenomenul interacţiunii analizatorilor este întâlnit şi în domeniul altor modalităţi senzoriale: sensibilitatea cutanată se îmbunătăţeşte sub influenţa stimulării luminoase a ochilor; o greutate pe care o ridicăm ni se pare a fi mai uşoară sub influenţa sunetului (lucrul fizic este însoţit de muzică).

Ce se întâmplă atunci când stimulii acţionează concomitent asupra mai multor analizatori?
Intrarea în acţiune a 2 sau mai mulţi analizatori se soldează cu creşterea receptivităţii unuia dintre ei.

Kravcov în urma experimentelor realizate cu aviatorii formulează următoarea regulă: atunci când un analizator este intens şi îndelungat solicitat, pentru menţinerea tonusului său funcţional ridicat trebuie de recurs la stimularea auxiliară, cu doze specifice de excitaţie specifică a altui analizator.

Ce a făcut Kravcov ? El urmărea să sporească sensibilitatea nocturnă la aviatori. A luat două grupe de aviatori ce aveau curse nocturne. Grupul A înainte de a pleca în cursă intrau într-o odaie cu lumina violetă, jucau table şi se spălau pe ceafă cu apă rece. Toate aceste proceduri aveau ca scop creşterea sensibilităţii nocturne ca rezultat a stimulării sensibilităţii vizuale, motore şi termice. Grupul B se odihneau înainte de cursă.
Ex.: pentru a rezista un timp mai îndelungat asupra studiului materialului se pun picioarele în apă rece.

Legea depresiei

Constă în scăderea sensibilităţii ca urmare a legăturilor funcţionale intraanalizatori sau interanalizatori.

Funcţionează exact după aceleaşi mecanisme şi la aceleiaşi niveluri ca legea sensibilităţii.
Nivelul 1. Stimularea îndelungată a ochiului cu un fascicul de lumină roşie duce la scăderea sensibilităţii pentru alte culori (în special cele de o undă lungă); excitarea prin lumină a conurilor duce la scăderea sensibilităţii bastonaşilor.
Nivelul 2. Funcţia localizării spaţiale a sunetelor n-ar putea fi explicată fără considerarea interacţiunii dintre cele două verigi perechi a analizatorului auditiv. Ca dovadă oamenii surzi de o ureche au dificultăţi în localizarea spaţială a sunetelor.
Nivelul 3. Interacţiunea dintre analizatori: înclinarea capului pe spate scade sensibilitatea pentru culoarea verde şi pentru sensibilitatea auditivă; excitarea între anumite limite şi anumite condiţii a analizatorului tactil duce la scăderea sensibilităţii vizuale sau auditive; sensibilitatea termică pentru frig reduce sensibilitatea tactilă; senzaţia de durere reduce orice alt fel de sensibilitate.

Legea semnificaţiei forţei de semnalizare a stimulului

Ceea ce contează nu este forţa/intensitatea fizică a stimulului ci valoarea, semnificaţia acestuia pentru individ. Un stimul slab ca intensitate dar foarte semnificativ pentru organism este mult mai bine recepţionat decât un stimul puternic dar nesemnificativ. Această lege explică o serie de comportamente aparent paradoxale, de exemplu de ce o mamă aude scâncetul copilului său într-o ambianţă zgomotoasă, în schimb nu aude un sunet oarecare, chiar puternic într-o ambianţă sonoră normală.

Legea sinesteziei

Constă-n transmiterea unei forme de sensibilitate într-o altă modalitate senzorială. Sunt situaţii când un stimul, deşi este aplicat pe o anumită modalitate senzorială, poate produce efecte proprii unui alt analizator fără ca

acesta să fi fost stimulat. De exemplu stimulii auditivi produc efecte de vedere cromatică. De asemenea culorilor şi sunetelor le pot fi atribuite şi calităţi gustative sau tactile (culori moi, sunete dulci).

Legea compensării

Insuficienta dezvoltare a unei modalităţi senzoriale sau lipsa ei conduce la perfecţionarea alteia atât de mult, încât aceasta din urmă preia pe seama ei funcţiile celei dintâi. La orbi şi la surzi se dezvoltă sensibilitatea tactilă, vibratorie, olfactivă. Compensarea este capacitatea organismului, în cazul dat a sistemului senzorial, de a se automodela structural şi funcţional, ceea ce se soldează cu reechilibrarea organismului şi cu refacerea potenţialelor lui adaptative. Ex: persoanele cu mâinile amputate transferă funcţia de scriere la picioare.

TEMA: PERCEPŢIILE

PLANUL:

I. Definirea şi caracterizarea generală a percepţiilor.
II. Fazele si particularitățile procesului perceptiv.
III. Clasificarea percepţiilor.
IV. Legile percepţiei.

I.Definirea şi caracterizarea generală a percepţiilor

Percepţia este nu numai o imagine mai mult sau mai puţin constituită a unui obiect sau fenomen din lumea externă, ci poate fi examinată şi ca proces, în cursul căruia se formează, se "construieşte" treptat imaginea perceptivă. Din această perspectivă, percepţia poate fi concepută ca un sistem de acţiuni perceptive. În formarea şi desfăşurarea acţiunilor perceptive, îndreptate spre "examinarea" obiectului şi elaborarea percepţiei ca "model mintal" al acestuia, un rol important îl joacă procesele motrice: mişcările mâinilor în pipăit, mişcările ochilor în urmărirea

conturului în percepţia vizuală a obiectelor, micromotricitatea coardelor vocale în perceperea sunetelor etc.

Percepţia – proces psihic senzorial complex şi, totodată, imagine primară, conţinînd totalitatea informaţiilor despre însuşirile concrete ale obiectelor şi fenomenelor, în condiţiile acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor. <u>Caracteristicile procesului perceptiv:</u>
*obiectele sunt date în totalitatea însuşirilor lor, adică unitar şi integral;
*imaginea perceptivă este bogată în conţinut, cuprinde atît însuşirile semnificative, cît şi pe cele de detaliu;
*cuprinzînd senzaţia, percepţia reprezintă o nouă treaptă în cunoaştere, mai complexă, este o formă superioară de cunoaştere senzorială;
*obţinerea imaginii perceptive este asigurată de o complexitate de procese psihofiziologice/nu un singur analizator!;
*percepţia este o imagine sintetică, ea nu reprezintă o sumă de senzaţii, ci o sinteză;
*percepţia este o imagine obiectuală – este întotdeauna imaginea unui obiect anume etc.

Percepţia, ca şi senzaţia, constituie un proces reflector. I. Pavlov a demonstrat, că în baza percepţiei stau reflexele condiţionate, legăturile nervoase temporare, ce se formează în scoarţa emisferelor mari ale creierului la acţiunea obiectelor şi fenomenelor lumii înconjurătoare asupra receptorilor.

Mecanismele neurofiziologice ale percepţiei. Baza neurofiziologică a percepţiei sunt legăturile nervoase dintre centrele corticale corespunzătoare ale senzaţiilor. Legătura strânsă dintre analizatorii implicaţi în procesul perceptiv se formează sub influenţa mediului extern, în corespundere cu legăturile obiective dintre însuşirile obiectelor şi

fenomenelor şi dintre obiecte şi fenomene. Datorită legăturilor reciproce dintre analizatori, prin percepţie pot fi reflectate şi aspecte ale lumii obiective pentru care nu există aparate de recepţie specială de ex. distanţa, relieful.

În comparaţie cu senzaţiile percepţia constituie o formă mai înaltă a activităţii analitico-sintetice a creierului. Fără analiză este imposibilă percepţia conştientizată.

II. Fazele si particularitățile procesului perceptiv

Percepţia este nu numai o imagine constituită a unui obiect sau fenomen din lumea externă ci şi un proces în decursul căreia se formează treptat imaginea perceptivă. Din această perspectivă percepţia poate fi concepută ca un sistem de acţiuni perceptive.

Cercetările efectuate vizând formarea şi desfăşurarea acţiunilor perceptive pun în evidenţă patru operaţii sau mai exact niveluri ale acţiunii perceptive:

1. **Detecţia**, ca fază iniţială a oricărui proces perceptiv, constă în sesizarea de către subiect a prezenţei sau absenţei stimulului în câmpul perceptiv. (Ex.: Ceva este.)
2. **Discriminarea** presupune detaşarea stimulului de fond (deosebirea lui de celelalte obiecte) şi remarcarea acelor însuşiri care-l deosebesc de ceilalţi stimuli asemănători. Este operaţia propriu-zisă de formare a imaginii perceptive. (Ex.: Acel ceva este un câine.)
3. **Identificarea** vizează fie două obiecte percepute simultan, fie un obiect perceput la un moment dat şi imaginea păstrată în memorie. (Ex.: Câinele este un dalmaţian.)
4. **Interpretarea** implică în sine categorizarea, adică denumirea şi includerea obiectului perceput într-o anumită clasă de obiecte percepute anterior şi desprinderea etalonului corespunzător din MLD. Intervin mecanismele înţelegerii. (Ex.: Câinele dalmaţian este a prietenului meu

George şi m-a muşcat acum un an când am fost în vizită la el.)

Particularităţile/însuşirile percepţiei. În percepţie are loc ordonarea şi unificarea diferitelor senzaţii în imagini integrale ale obiectelor şi fenomenelor respective. Cele mai importante însuşiri ale percepţiei sunt: obiectualitatea, integralitatea, structuralitatea, constanţa, inteligibilitatea.

1. Obiectualitatea – raportarea percepţiei la obiectele lumii reale. Obiectualitatea nu este o calitate înnăscută. Subiectul descoperă obiectualitatea imaginilor sale despre lume efectuând un întreg sistem de acţiuni practice care au un caracter obiectual şi sunt orientate spre obiectele externe. În acest proces rolul decisiv îl joacă pipăitul şi mişcarea.

2. Integralitatea. Orice obiect sau situaţie obiectuală spaţială este percepută ca un tot întreg sistemic stabil, chiar dacă unele părţi componente ale acestui întreg nu pot fi percepute nemijlocit în momentul respectiv. Percepţia este imaginea integrală a obiectului dat, care include şi elementele inaccesibile perceperii într-un anumit context.

Integralitatea percepţiei este o reflectare a integralităţii lumii obiective, de aceea ea se formează treptat în procesul activ al perceperii obiectelor şi fenomenelor realităţii.

Ex: privind peste geam vedem capul şi umerii unui trecător, avem percepţia noastră mai mult sau mai puţin clară despre poziţia mâinilor, trunchiului.

De integralitatea percepţiei se leagă strâns (3) **structuralitatea** sa. Într-o anumită măsură percepţia nu coincide cu senzaţiile momentane şi nu rezultă din simpla lor însumare. Este percepută o structură generalizată ca o formaţiune psihică nouă, distinctă de senzaţiile care intră în componenţa sa.

4. Constanţa percepţiei se manifestă în relativa stabilitate a însuşirilor percepute ale obiectelor, în cadrul unui registru destul de larg de modificări ale condiţiilor în care are loc

perceperea. Exemplu creionul la 20 cm, 50 cm sau un metru distanţă de ochiul subiectului are aproximativ aceeaşi mărime. Constanţa percepţiei se formează în procesul activităţii obiectuale şi totodată este o condiţie necesară a vieţii şi activităţii omului. Fără ea omul n-ar putea să se orienteze în nesfârşita diversitate şi variabilitate a realităţii obiective. Constanţa percepţiei reflectă relativa stabilitate a lumii înconjurătoare, unitatea activităţii omului cu ambianţa naturală şi socială.

5. Inteligibilitatea. Deşi apar ca rezultat al acţiunii nemijlocite a stimulilor asupra receptorilor, imaginile perceptive au întotdeauna o anumită semnificaţie semantică. La om percepţia este strâns legată de gândire, de înţelegerea esenţei obiectului sau fenomenului, de raportarea lui la o anumită clasă de obiecte. Stimulul cu o mare semnificaţie pentru subiect se impune în câmpul perceptiv (sunt mai repede discriminaţi, chiar dacă sunt stimuli slabi).

Apercepţia – dependenţa percepţiei de conţinutul vieţii psihice a omului, de drumul de viaţă pe care l-a parcurs, de particularităţile personalităţii sale. Nu percepe un receptor singular ci un om viu de aceea în percepţie se răsfrâng întotdeauna într-o măsură mai mare sau mai mică atitudinea lui faţă de ceea ce percepe, trebuinţele, interesele, năzuinţele, dorinţele, sentimentele sale şi experienţa sa anterioară. Rezultă că imaginea perceptivă a unui obiect nu este simpla sumă a senzaţiilor momentane, ea conţine detalii care nici nu sunt prezente în momentul respectiv la nivelul organelor receptoare dar pe care omul le adaugă completând imaginea perceptivă.

III. Clasificarea percepţiilor

Percepţiile pot fi clasificate după variate criterii. În funcţie de componenta senzorială dominantă putem vorbi de percepţii vizuale, auditive, tactil-chinestezice deşi în

structura fiecărui tip de percepţie intră diverse alte senzaţii. Obiectele şi fenomenele percepute de om există în spaţiu, timp şi mişcare. Luând ca criteriu aceste dimensiuni fundamentale ale realităţii vom examina următoarele forme ale percepţiei: percepţia timpului, spaţiului şi al mişcării.
I. Prin **percepţia spaţiului** înţelegem reflectarea senzorial-intuitivă a însuşirilor spaţiale ale obiectelor (forma şi mărimea), a relaţiilor spaţiale dintre ele (dispunerea lor unele faţă de altele şi faţă de subiectul care percepe atât în plan cât şi în adâncime), a mişcării lor (viteza de deplasare a unora faţă de altele şi faţă de subiect).
La baza diferitelor forme de percepţii spaţiale se află funcţionarea unor sisteme complexe de analizatori: vizual, chinestezic, cutanat, auditiv, vestibular, olfactiv etc., ponderea fiecăruia variind de la o situaţie la alta. Un rol important joacă simetria bilaterală a corpului omenesc, inclusiv a celor două emisfere cerebrale, fiecare îndeplinind funcţii distincte. De aici avem mecanismele specifice ale orientării în spaţiu: vedere binoculară, auz binaural, pipăit bimanual, olfacţia birenală. O mare importanţă are simetria funcţională, proprie tuturor analizatorilor perechi (unul ocupă o poziţie dominantă).

Formele percepţiei spaţiului

1. Percepţia formei obiectelor este realizată cu ajutorul analizatorilor: vizual, tactil şi chinestezic. În urma acestor percepţii obţinem informaţii despre conturul obiectelor, care joacă rolul de demarcaţie dintre două realităţi.
2. Percepţia mărimii obiectelor este realizată cu ajutorul analizatorilor: vizual, tactil şi chinestezic. Percepţia vizuală a mărimii implică mărimea imaginii de pe retină şi distanţa obiectului faţă de ochiul observatorului.
3. Percepţia direcţiei şi a adâncimii. Deşi imaginea pe retină este bidimensională, noi vedem spaţiul tridimensional, adică percepem, pe cale vizuală adâncimea şi distanţa. Nu există

un analizator special pentru adâncime şi distanţă. Aceasta este posibil datorită legăturilor condiţionate, formate încă din primele luni ale vieţii copilului, între diferiţi analizatori.
În cazul adâncimii în desen, ochiul vede numai nuanţe de lumină şi umbră emanate de o suprafaţă plană, dar în urma legăturilor reflexelor condiţionate care s-au format între impresiile vizuale şi cele cutano-mecanice şi chinestezice, părţile umbrite semnalează adâncituri, iar cele luminoase – proeminenţe.
Dacă obiectul este îndepărtat, îl vedem conform imaginii retinale, adică mai mic. Dimensiunile reduse ale obiectelor constituie un semnal al distanţei. Acest indicator este eficace numai în cazul obiectelor familiare.
Obiectele îndepărtate le vedem conform imaginii de pe retină, mai mici, cu atât mai mici cu cât sunt mai îndepărtate. În desen distanţa este redată întotdeauna cu respectarea perspectivei liniare.
Cu cât vedem un obiect mai clar, cu mai multe detalii, cu atât ni se pare mai apropiat; invers, cu cât obiectul îl vedem mai puţin clar şi cu mai puţine detalii, cu atât ni se pare mai îndepărtat. Absenţa detaliilor constituie un semnal al distanţei.
Notă: vaporii, fumul, ceaţa fac ca obiectele mai îndepărtate să fie mai puţin distincte decât cele apropiate; în regiunile aride (uscate, fără praf) atmosfera fiind foarte caldă (mai ales după ploaie) obiectele îndepărtate (munţii, pădurea) par a fi mai aproape decât în regiunile în care lipsesc (pustiu).
Distanţa poate fi apreciată nu numai pe cale vizuală, ci şi pe cale auditivă.
II. Percepţia timpului constă în reflectarea duratei obiective , a vitezei şi a succesiunii evenimentelor realităţii. Evaluarea subiectivă a intervalelor de timp este determinată de caracterul trăirilor şi de natura activităţilor desfăşurate. De obicei timpul în care desfăşurăm o activitate interesantă

şi profund motivată pare mai scurt decât cel petrecut în inactivitate. Percepţia timpului este influenţată şi de starea afectivă. Emoţiile pozitive, în general, ne produc iluzia scurgerii rapide a timpului, pe când cele negative lungesc întrucâtva intervalele de timp.

Repere implicate în percepţia timpului:

1. Sistemul fizic şi cosmic, reprezentat de repetarea fenomenelor naturale, cum sunt: ziua şi noaptea, succesiunea anotimpurilor, mişcarea astrelor etc.;
2. Sistemul biologic, care constă în ritmicitatea funcţiilor organismului: bătăile inimii (circa 62 pe min), tranzitul alimentelor în tractul digestiv, stările de somn/veghe;
3. Sistemul sociocultural: activitatea şi experienţa umană amplasată istoric etc.;

La acestea se adaugă mijloace tehnice de măsurare a timpului.

Percepţia propriu-zisă a timpului se realizează în două forme:

a) percepţia **succesiunii** evenimentelor;

b) percepţia **duratei.**

III. Percepţia mişcării constă în reflectarea modificărilor survenite în poziţia pe care o ocupă obiectele în spaţiu într-un anumit interval de timp. Obiectele se pot deplasa în spaţiu în diferite direcţii faţă de subiect: înainte – înapoi, sus – jos, dreapta – stânga şi cu o viteză variabilă. Percepţia mişcării are loc şi atunci când se mişcă însuşi subiectul.

Dacă merge sau fuge, semnalele chinestezice îl ajută să evite eroarea. Dacă subiectul se află nemişcat în avion sau tren, principala sa sursă de informaţie este cea vizuală, iar aceasta este adesea înşelătoare.

Ex.: omul şede în tren, vede un tren mergând, gândeşte că trenul său se mişcă. Dacă găseşte un reper fix conchide că celălalt se mişcă.

Mişcarea obiectelor poate fi reală sau aparentă. Cineva poate avea impresia că obiectele din jur se mişcă dacă este obosit sau dacă este sub influenţa alcoolului.

IV. Legile percepţiei

Legea selectivităţii perceptive: omul nu reflectă identic diverşi stimuli ce acţionează asupra lui, el realizează o selecţie a acestor stimuli în funcţie de motivaţii, interes, trebuinţe, scopuri. Stimulii ce răspund motivaţiilor se bucură de regim privilegiat de reflecţie, în timp ce stimulii indiferenţi sunt marginalizaţi sau neglijaţi în totalitate.
Legea constanţei perceptive: în imaginea perceptivă se menţin constante dimensiunile, structura şi culoarea obiectelor, chiar dacă variază distanţa, unghiul de recepţie sau luminozitatea.
Legea semnificaţiei: **s**timulul cu o mare semnificaţie pentru noi se impune în câmpul nostru perceptiv (sunt mai repede discriminaţi, chiar dacă sunt stimuli slabi).
Legea integralităţii perceptive: subiectul integrează informaţiile senzoriale de diferite modalităţi şi disparate despre un obiect sau fenomen într-o imagine a obiectului şi fenomenului dat ca întreg. Acţiunea acestei legi se mai observă şi în cazul când unei figuri îi lipsesc anumite elemente, iar subiectul are tendinţa de a umplea golurile cu elementele lipsă.

TEMA: REPREZENTĂRILE

PLANUL:
I. Definirea și caracterizarea reprezentărilor.
II.Mecanismele neurofiziologice ale reprezentărilor.
III. Clasificarea reprezentărilor.
IV. Rolul reprezentărilor în activitatea mintală.

I. Definirea și caracterizarea reprezentărilor

Sistemul cognitiv al individului a evoluat permanent. Dacă la un moment dat el şi-a elaborat o serie de mecanisme capabile a face faţă solicitărilor adresate organismului în condiţii favorabile, cu timpul el a fost nevoit să-şi elaboreze şi perfecteze unele mecanisme care să-i permită realizarea funcţiilor psihice şi în condiţii nefavorabile. Sistemul cognitiv al individului (Shepard, 1984) a evoluat astfel încât să poată face faţă nu doar situaţiilor prezente, celor ce se petrec „aici" şi „acum" dar şi celor absente. Exemplu: ce va urma după cotitură, ce se află după o uşă închisă.

În aşa mod omul îşi dezvoltă capacitatea de a opera mintal cu obiectul în lipsa lui. Aceste capacităţi cognitive le depăşesc pe cele perceptive. Vorbim aici despre capacitatea organismului de a avea o experienţă psihică în lipsa contactului actual cu obiectul.

Reprezentarea este un proces psihic complex de reflectare mijlocită şi selectivă sub formă de imagini schematice a însuşirilor concrete, mai mult sau mai puţin semnificative ale obiectelor şi fenomenelor, în absenţa acţiunii directe a stimulilor asupra analizatorilor. Reprezentarea constituie primul nivel de organizare mintală autonomă, independentă de prezenţa şi acţiunea directă a stimulilor. Sursa ei o constituie informaţiile furnizate prin senzaţii şi percepţii. Aceste informaţii nu dispar însă fără urmă, ci sunt păstrate în memorie, unde vor fi supuse în continuare unor operaţii de prelucrare (analiză, comparare, selecţie, eliminare, schematizare, condensare etc.), rezultând în final o imagine calitativ nouă: imaginea reprezentării.

În ontogeneză, reprezentarea apare mai târziu decât percepţia (la sfârşitul primului an de viaţă), iar unele forme ale ei nu apar decât după ce operaţiile mintale au atins un anumit nivel de dezvoltare.

Imaginea reprezentării are următoarele caracteristici:

- imagine secundară: se formează în absenţa acţiunii directe

a stimulilor asupra analizatorilor, pe baza imaginii perceptive;
- imagine concretă (intuitivă, figurativă): furnizează informaţii despre însuşiri concrete şi caracteristice ale obiectelor şi fenomenelor;
- imagine schematică: reprezentarea nu reflectă toate însuşirile obiectului, reflectă doar însuşirile semnificative, însuşirile de detaliu fiind înlăturate;
- imagine unitară (integrală): reflectă obiectele ca un tot unitar;
- imagine mai generală comparativ cu percepţia, reprezentarea reflectă şi însuşiri comune mai multor obiecte individuale dobândind astfel atributul generalităţii;
- imagine mai palidă, mai ştearsă, mai puţin intensă comparativ cu imaginea perceptivă;
- imagine panoramică: reconstituie în plan mintal şi redă integral şi simultan toate informaţiile despre un obiect;
- imaginea reprezentării oferă un volum mai mic de date, de detalii, de informaţii comparativ cu imaginea perceptivă;
- dacă percepţia pare a ni se impune oarecum din afară, având oarecum un grad crescut de obiectivitate, reprezentarea este însoţită de conştiinţa absenţei obiectului şi a subiectivităţii ei;
- reprezentarea posedă o mai mare subiectivitate în raport cu schema structurală a obiectului, în reprezentare acestea pot fi modificate în planul mintal al subiectului;
- dacă percepţia se realizează „aici şi acum”, adică în contextul spaţio-temporal în care obiectul este perceput, neputând fi detaşată de acesta, în reprezentare acest lucru devine posibil.

Reprezentarea nu este o simplă reproducere a obiectului, dimpotrivă ea angajează o anumită transformare a obiectului de la care s-a pornit. Transformarea obiectului

nu este radicală, în reprezentare perseverând structura de informaţii din obiectul reprezentat.

Reprezentările pot fi evocate pe bază de cuvânt, de stimuli concreţi, nonverbali care au fost percepuţi concomitent cu stimulii ce au constituit obiectul perceperii pe care reprezentarea îl reflectă sau de excitarea electrică (Penfild) a zonelor de proiecţie vizuală sau auditivă din scoarţa cerebrală.

Relaţia dintre reprezentare şi percepţie. Reprezentările sunt rezultatul unei prelucrări şi generalizări a experienţei perceptive anterioare.

Asemănările:

- ambele imagini reprezintă unul şi acelaşi obiect;
- ambele păstrează un şir de însuşiri figurative ale obiectului dat.

Deosebirile:

- imaginea percepţiei este primară – imaginea reprezentării este secundară (se formează pe baza primei)
- imaginea percepţiei este mai bogată în conţinut decât imaginea reprezentării care este fragmentară: reprezentările sunt mai sărace în amănunte şi cu mai multe goluri, lacune. Ex. ne reprezentăm interiorul locuinţei noastre, constatăm că unele lucruri ni le reprezentăm cu destulă claritate, altele mai şterse, mai confuze, altele de loc. De ce? Particularităţile actualizării imaginii depind de conţinutul problemei ce trebuie rezolvată, de sarcina ce stă în faţă.
- pentru procesele cunoaşterii imaginea reprezentării este mai importantă decât imaginea percepţiei deoarece putem opera cu ea când obiectul lipseşte.
- percepţia îl leagă pe om de realitate iar reprezentarea îi permite detaşarea sa de ea.

- reprezentarea după conţinut este aproape percepţie, după modul de operare este aproape gândire. Ea este puntea de trecere, de legătură dintre percepţie şi gândire.
- reprezentarea poate fi obţinută şi în rezultatul descrierii verbale, prin intermediul cuvântului.
- imaginea percepţiei este mai stabilă decât cea a reprezentării (ne concentrăm atenţia asupra imaginii care poate dispărea foarte curând, e necesar de un efort pentru a o evoca din nou).
- reprezentările sunt mai puţin clare decât percepţiile ce stau la baza lor, mai puţin intense. (vedem faţa unei persoane cu claritate maximă – în reprezentare imaginea este mai ştearsă se vede ovalul feţei, forma, proeminenţele)

Rolul limbajului în reprezentare:

În formarea reprezentărilor nu intervin doar operaţiile intelectuale, ci şi mecanismele verbale. Denumirea obiectului prin cuvânt activează reprezentarea corespunzătoare, oferind imaginii sens şi semnificaţie. Limbajul contribuie astfel la formarea reprezentărilor, evocă reprezentarea deja formată şi cerută de sarcinile activităţii desfăşurate, este instrument de organizare şi de transformare a imaginilor, de înlănţuire a lor etc. Cuvântul dirijează construirea unor imagini mai bogate sau mai schematice, mai fidele obiectului reprezentat sau mai îndepărtate etc.

II. Mecanismele neurofiziologice ale reprezentărilor

Ele pot fi explicate prin asociaţii ce se stabilesc între urmele lăsate de diferite percepţii în activitatea scoarţei cerebrale. Conform principiului asocierii cu acestea imaginile reprezentărilor pot fi rezultat a:

- asociaţii de contiguitate (ce au elemente comune, apropiate) se bazează pe asocierea în spaţiu ale obiectelor, fenomenelor pe care le-am perceput

cândva. Ex. 2 prietene totdeauna împreună; întâlnim una din ele şi prima întrebare pe care o adresăm persoanei întâlnite: unde-ţii prietena?

- asociaţii de asemănare: de exemplu studiem spectrul culorilor la fizică, când vedem curcubeul îl asociem cu spectrul studiat.
- asociaţii de contrast: de exemplu privim părinţii acum şi fotografiile lor din tinereţe (analizăm cum au fost).

Procesul reprezentării are ca mecanism nervos reînvierea urmelor, legăturilor nervoase din regiunea corticală a analizatorilor care au participat la percepţia obiectului dat.

III. Clasificarea reprezentărilor

Vorbim despre o tipologie a reprezentărilor, căci componenta reprezentaţională a activităţii noastre mintale, prin structura şi dinamica sa, apare ca un sistem de o mare complexitate.

1. În funcţie de modalitatea senzorială dominantă în structurarea conţinutului informaţional avem: reprezentări auditive, vizuale, olfactive, gustative, tactile, kinestezice (ale mişcării propriului corp). Totuşi reprezentările nu sunt numai tactile sau numai vizuale, ci conţin componente ale unor experienţe senzoriale diferite.
2. În funcţie de domeniul cognitiv avem: reprezentări ştiinţifice (în matematică, biologie, geografie, fizică); reprezentări tehnice (mecanisme, componente, agregate mecanice); reprezentări artistice (literare, plastice, muzicale).
3. În funcţie de modul de producere: voluntare şi involuntare.
4. În funcţie de dimensiunea static-dinamică: reprezentări statice şi dinamice. Reprezentările statice ne redau obiectul sau figura într-o singură poziţie sau ipostază; cele dinamice

ne redau obiectul într-o succesiune de poziţii şi stări posibile.
5. În funcție de procesul psihic în care se integrează: ale memoriei sau ale imaginaţiei.

IV. Rolul reprezentărilor în activitatea mintală

Reprezentările îndeplinesc:
1. Rol de cunoaştere. Ca **proces de cunoaştere**, reprezentările sunt o sursă importantă de informaţii pentru gândire, care poate prelucra informaţii şi în absenţa obiectelor. Reprezentarea constituie un punct de plecare şi un suport intuitiv pentru desfăşurarea raţionamentelor gândirii (ex: rezolvarea de probleme la geometrie), dar şi o sursă de informaţii pentru procesul imaginaţiei (repoductive şi creatoare), care combină şi recombină idei, imagini etc.
2. Rol de reglare ce se manifestă sub două aspecte:
a) în pregătirea mintală anticipată a acţiunilor, reprezentarea fiind un model mintal de desfăşurare a acestora;
b) în coordonarea şi corectarea desfăşurării acţiunilor, reprezentarea devenind un reper mintal, un factor de comandă şi de control în funcţie de care se desfăşoară acţiunea, iar, atunci când e cazul, se efectuează corecţiile necesare.

Reprezentarea este punct de răscruce în cunoaştere, la care ajung şi din care pornesc mai departe, ramificându-se şi specializându-se, toate traseele cogniţiei. Reprezentările generale pregătesc gândirea, cele reproductive – memoria, iar cele anticipative – imaginaţia. Formarea reprezentărilor este influenţată de acţiunile practice ale subiectului cu obiectele. În cadrul acestor acţiuni se realizează selecţia însuşirilor caracteristice, ce se vor exprima în imaginea reprezentării, şi estomparea altora.

TEMA: MEMORIA

PLANUL:

I. Definirea si caracterizarea memoriei.

II. Procesele si formele memoriei.

III.Factorii si legile memoriei.

IV.Uitarea.

I. Definirea si caracterizarea memoriei

Memoria este un proces psihic care constă în întipărirea, recunoașterea si reproducerea senzațiilor, sentimentelor, mișcărilor, cunoștințelor din trecut. Ea definește dimensiunea temporală a organizării noastre psihice, integrarea ei pe cele trei segmente ale orizontului temporal - trecut, prezent, viitor. Grație memoriei, ființa noastră psihică, eul, dobândește continuitatea identității în timp. Fără dimensiunea mnezică, am trai numai prezentul clipei, am fi în permanență pusi în fața unor situații noi, pentru care nu am dispune de nici un fel de experiență elaborată, de nici un procedeu de abordare si rezolvare, ne-am zbate permanent în jocul încercărilor si erorilor, adaptarea devenind, practic, imposibilă.

Memoria este procesul psihic de reflectare a experienţei anterioare prin întipărire, stocare, reactualizare a informaţiilor şi trăirilor noastre subiective.

Experimental pentru prima dată a fost studiată de psihologul german H.Ebbinghaus.

Memoria este o capacitate generală a întregii materii.
Memoria este o capacitate psihică absolut necesară.
Memoria asigură continuitatea vieţii psihice.
Memoria se află în interacţiune şi interdependenţă cu toate celelalte fenomene psihice (senzaţia şi percepţia oferă „material” pentru memorat; reţinem în special ceea ce ne place – afectivitatea etc).

Memoria are o mare valoare adaptativă, realizînd echilibrul organismului cu mediul.

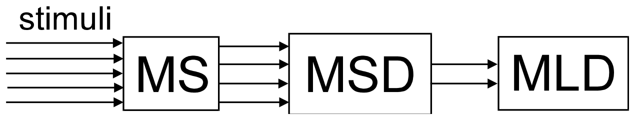
Memoria îndeplineşte în viaţa omului funcţii reflectorii (reflectă trecutul ca trecut). Reflectarea este:
*activă — memoria tinde să transforme trecutul şi nu doar să-1 reproducă pur şi simplu;
*selectivă — se reactualizează ceea ce este important pentru subiect; selectivitatea este personală;
*situaţională—particularităţile de timp şi spaţiu ale situaţiei, împreună cu starea internă a subiectului;
*relativ fidelă — nu se realizează o fotografie, întipărirea şi reactualizarea se face cu oarecare aproximaţie;
*mijlocită de instrumente ajutătoare – asocierea a ceva nou cu ceva bine cunoscut, nod la batistă, puncte de reper etc.
*inteligibilă—implică înţelegere — fixarea şi reamintirea sunt mult facilitate de stabilirea unei legături logice între două fenomene sau evenimente.

II. Procesele si formele memoriei

Procesele Memoriei:
I. Memorarea
II. Păstrarea informaţiilor
III. Reactualizarea informaţiilor
<u>Memorarea</u> (engramare, encodare) constă în întipărirea, fixarea informaţiilor şi trăirilor. Formele memorării:
*În funcţie de prezenţa sau absenţa scopului, intenţiei
a)Involuntară (neintenţionată, fără scop, fără efort voluntar)
b)Voluntară (intenţionată, cu scop, cu efort voluntar)
*În funcţie de prezenţa sau absenţa gîndirii, a înţelegerii
a)Memorare mecanică (în lipsa înţelegerii. În unele cazuri este absolut necesară: memorarea numerelor de telefon etc)
b)Memorare logică (bazată pe înţelegerea sensurilor, semnificaţiilor materialului memorat).
<u>Păstrarea</u> (conservarea, stocarea) constă în reţinerea pentru un timp mai scurt sau mai lung a celor memorate.
Păstrarea poate fi de mai multe tipuri:

*în funcţie de analizatorul care recepţionează informaţia deosebim:
Memorie senzorială- auditivă, vizuală, tactilă, kinestezică etc. (MS)
*în funcţie de durată:
a)Păstrarea de scurtă durată (5 sec – 8/10 min). Ea are capacităţi foarte modeste/limitată (MSD).
b)Păstrarea de lungă durată, ore-zile-ani (MLD). Are o capacitate nelimitată. Se constituie cu ajutorul limbajului şi al gîndirii. În MLD se înregistrează tot ce trăim şi tot ce gîndim, dar unele informaţii rămîn inaccesibile pentru toată viaţa, rămîn în inconştient.
*în funcţie de forma păstrării:
a)Exactă
b)Diminuată (informaţie destrămată sau omisă)
c)Amplificată (cu informaţie excesivă)
Reactualizarea informaţiilor constă în scoaterea la iveală a celor memorate şi păstrate în vederea utilizării, valorificării. Se realizează prin: recunoaştere şi reproducere**.**
Recunoaşterea este un proces mai simplu, uşor de realizat, presupune identificarea unei situaţii percepute anterior. Sunt mai multe forme :
*În funcţie de gradul de precizie:
a)recunoaştere eronată, atunci când se identifică în mod greşit obiectele pe care în realitate nu le-am perceput;
b)recunoaştere imprecisă, când detectarea semnalelor este incompletă, adesea nelocalizată în timp şi spaţiu;
c)recunoaşterea precisă — omul identifică, în cadrul unei percepţii diferenţiate, impresiile actuale provenite de la obiect cu altele din trecut.
Reproducerea este un proces complex, în care sunt incluse, mai ales, mecanismele verbale. Actualizarea experienţei, în absenţa obiectelor implică eforturi speciale de orientare spre scopul reproducerii.

Deosebim următorele forme:
*In funcţie de orientare delimităm:
a) reproducerea involuntară – este neîntemeiată;
b) reproducerea voluntară – intenţionată.
În 1968, R.C. Atkinson şi R.M. Shiffrin propun modelul funcţionării memoriei, ale diferenţei dintre memoria imediată/de scurtă durată şi memoria de lungă durată. Potrivit acestui model, informaţia stocată în memoria senzorială (MS) e transmisă ulterior memoriei de scurtă durată (MSD) care are o capacitate limitată, atât ca durată, cât şi ca volum. Din MSD, o parte a informaţiei este transferată în memoria de lungă durată (MLD). Reprezentarea schematică a modelului propus de Atkinson & Shiffrin e prezentată în figura următoare:



Se contura, astfel, ideea existenţei unei diferenţe structurale între MSD şi MLD, ele sunt două sisteme autonome, distincte, chiar dacă se află în interacţiune. În favoarea diferenţei structurale dintre cele două sisteme ale memoriei au fost invocate o serie de date experimentale vizând capacitatea, durata, timpul de codare a informaţiei, actualizarea şi baza neurofiziologică. Ele sunt prezentate succint în continuare:

ASPECTE DIFERENŢIALE	TIPURI DE MEMORIE	
	MSD	MLD
1. Capacitatea	limitată (7±2)	nelimitată
2. Durata	limitată (5 sec-20 min)	nelimitată (întreaga viaţă)

3. Tipul de codare al informaţiei	verbală sau imagistică	semantică
4. Actualizarea	serială	paralelă

Prin repetiţie, o informaţie intră din MSD în MLD (repetitio mater studiorum est).

III. Factorii si legile memoriei

Factorii care condiţionează o bună procesualitate a memoriei (mai uşor sau mai greu, repede sau încet, consum mare sau mic de timp, eficienţă crescută sau scăzută) se pot împărţi în trei categorii:

- particularităţile materialului de memorat, adică condiţii şi factori care ţin de structura informaţiilor, de caracteristicile şi modul de organizare a materialului de memorat;
- caracteristicile ambianţei în care are loc memorarea sau reactualizarea, adăugînd condiţiile de strategie şi de tehnică a memorării;
- trăsăturile psihofiziologice ale subiectului, sau condiţii şi factori ce ţin de caracteristicile individului ca subiect angajat în activităţile memorării.

Legile memoriei:
Natura materialului. Materialele intuitiv-senzoriale,verbal-semnificative se întipăresc şi se reactualizează mai uşor decât cele simbolic-abstracte sau verbal-nesemnificative.
Organizarea şi omogenitatea materialului. Materialele organizate logic, se reţin mai bine decât cele neorganizate şi nestructurate; cele omogene mai greu decât cele neomogene.
Volumul materialului. Materialul extins ca volum necesită un număr mare de repetiţii.
Familiaritatea materialului. Materialele familiare subiectului vor fi reţinute şi reactualizate mai uşor.
Modul de prezentare a materialului (simultan, secvenţial). E

mai dificilă memorarea simultană decât cea serială.
Locul ocupat de material în structura activităţii subiectului. Materialele care constituie mijloace de realizare a scopului sunt mai bine reţinute, dacă au semnificaţie.
Poziţia materialului în structura seriei. Începutul şi sfîrşitul seriei se reţine mai bine decât mijlocul.
Ambianţa în care se prezintă stimulul (stimulatoare, inhibitoare). O ambianţă facilitatoare stimulează memorarea.
Starea generală a subiectului (odihnă, oboseală, boală, sănătate, experienţă anterioară, motivaţie, atitudini, interese).

Optimizarea funcţionalităţii memoriei are loc prin intensificarea interacţiunii dintre subiect şi materialul de memorat: Citirea textului asociată cu un plan, funcţionarea, puncte inteligibile, asemănări şi deosebiri etc.; Stabilirea unor repere, a unor puncte de sprijin, a unor mnemoscheme - "nodul la batistă", asociaţiile, sublinierea textelor, rezumatele, schemele, etc. uşurează memorarea.
În optimizarea memoriei important este pentru cît timp şi cît de precis trebuie să memorăm (memorarea pentru o anumită dată, condiţionează uitarea după trecerea acestei date).
Sistematizarea cunoştinţelor, a informaţiilor, care trebuie însuşite, învăţate, memorate favorizează memorarea. Sistemul motivaţional şi atitudinal al individului afectează în egală măsură capacităţile mnezice. Trebuinţele, motivele, interesele, aspiraţiile individului asigură caracterul selectiv şi trăinicia memoriei
Cercetările arată că: se reţin 10% din ceea ce citim; 20% din ceea ce auzim; 30% din ceea ce vedem; 50% vedem şi auzim în acelaşi timp; 80% din ceea ce spunem; 90% din ceea ce spunem şi facem în acelaşi timp.

Cu cât acţiunile cognitive sunt mai complexe şi productivitatea memoriei creşte. Este bine ca fiecare om să folosească acel tip de memorie care-1 avantajează.

IV.Uitarea

Uitarea este procesul de inhibiţie a legăturilor formate, imposibilitatea de a reproduce informaţia asimilată cîndva. Ea prezintă un proces natural, raţional şi necesar. Uitarea este un fenomen oportun în anumite condiţii. Faptul că nu toate cunoștințele, informațiile pe care le achiziționăm sunt păstrate și reactualizate este foarte răspândit, de aceea si foarte cunoscut. Este știut că multe dintre datele experienței noastre anterioare se diminuează, dispar din mintea noastră. Intervine așa-numitul fenomen al uitării care de cele mai multe ori a fost interpretat ca fiind reversul păstrării. Desi, la prima vedere, s-ar părea că uitarea este un fenomen relativ simplu, în realitate lucrurile nu stau deloc așa. Încă cu mulți ani în urmă, el a constituit preocuparea de seamă a multor cercetători psihologi, preocupați îndeosebi de creșterea potențelor memorative ale indivizilor, de productivitatea acestei facultăți umane. Așa cum un depozit de materiale s-ar umple, în condițiile supraîncărcării lui nedând posibilitatea de a se depozita si alte materiale, tot așa si depozitul memoriei s-ar putea supraîncărca, n-ar da posibilitatea individului să păstreze noi cunoștințe, ca urmare a experiențelor curente si recente de viață. De aceea, uitarea intervine ca o supapă care lasă să se scurgă, să se elimine ceea ce nu mai corespunde noilor solicitări puse în fața individului. În raport cu memoria care tinde, după cum am văzut, spre fixarea si păstrarea informațiilor, uitarea este un fenomen negativ. În schimb, în raport cu necesitățile practice, cu solicitările cotidiene, ea este un fenomen pozitiv si aceasta deoarece uitarea treptată, graduală a anumitor informații contribuie la echilibrarea sistemului cognitiv al individului, acordă acestuia un caracter suplu, dinamic,

posibil de a se automişca fără a fi stânjenit de ceea ce ar fi "prea mult" si mai ales de "prisos”. Uitarea este cea care acordă memoriei caracterul ei selectiv, căci, datorită ei, noi nu păstrăm si nu reactualizăm absolut totul, ci doar ceea ce trebuie sau ceea ce ne interesează. Caracterul necesar al uitării decurge din faptul ca ea are importante funcții de reglare si autoreglare a sistemului mnezic al individului, în sensul că dă posibilitatea "descărcării" si "eliminării" din acesta a ceea ce este fie inutil, fie balast, pentru a face loc noului material informațional ce trebuie să fie însusit.

Ea poate fi:

a) totală - ştergerea completă a informaţiei din memorie, în acest caz recunoaşterea este imposibilă;

b) parţială - recunoaşterea şi reproducerea sunt posibile fragmentar;

c) momentană (lapsusul) - uitare la moment, chiar în momentul când ne este necesară, după ceva timp se restabileşte informaţia.

TEMA: GÂNDIREA

PLANUL:

I.Caracterizarea gândirii.

II.Operațiile gândirii.

III.Formele gândirii.

IV.Rezolvarea de probleme.

I.Caracterizarea gândirii

Gândirea este un proces psihic superior care ocupă o poziţie centrală în sistemul psihic uman şi îndeplineşte un rol decisiv în cunoaştere. Dacă procesele senzoriale realizează legături directe cu mediul, gândirea efectuează o reflectare mijlocită a realităţii, căutând să surprindă dincolo de forme conţinuturile, dincolo de fenomene esenţialul, dincolo de concret generalul.

Gândirea este reflectarea nemijlocită şi generalizat-abstractă prin acţiuni mentale, sub forma noţiunilor, a însuşirilor esenţiale şi necesare ale obiectelor şi fenomenelor şi a legăturilor logice, cauzale dintre ele. Acest proces psihic cognitiv este cu cu cel mai înalt nivel de extragere, prelucrare şi integrare a informaţiilor despre lumea externă, univers, natură, societate şi nu în ultimul rînd despre noi înşine. Ea are un caracter mijlocit, în sensul că nu operează direct asupra realităţii, ci asupra informaţiilor obţinute prin sistemul senzorial (senzaţii, percepţii, reprezentări, limbaj etc.).

Caracterul generalizat—abstract al gândirii constă în aceea că ea se desfăşoară permanent în direcţia evidenţierii însuşirilor comune şi esenţiale ale obiectelor şi fenomenelor şi a subordonării cazurilor particulare unor modele generale ideale — noţiuni, principii, legi. Cunoaşterea prin gândire, reflectând ceea ce este general şi esenţial în fenomene, are un caracter abstract.

Gândirea îndeplineşte în sistemul psihic uman un rol central şi este definitorie pentru om ca subiect al cunoaşterii logice raţionale. Acest rol central — sau centralitatea gîndirii — constă în faptul că antrenează unele funcţii psihice disponibile (esenţa, conţinut) orientînd şi valorificând alte procese psihice şi funcţii psihice.

O altă caracteristică esenţială a gîndirii este că ea operează cu noţiuni. Operaţiile mintale se desfăşoară pe baza limbajului. Aceasta înseamnă, că se operează mai întîi în minte, cu simbolurile lucrurilor, cu cuvintele, cu noţiunile şi cu conceptele. Deci gândirea se desfăşoară pe baza şi cu ajutorul limbajului constituind o acţiune mintală care pregăteşte acţiunea efectorie.

Gândirea are în acelaşi timp cele mai strânse legături cu acţiunea modelată cultural, din care izvorăşte şi spre care se orientează. Fiind un proces comunicaţional—cognitiv,

gândirea este indisociabilă psihic şi social în conştiinţa umana; gândirea dispune de cea mai înaltă formă posibilă de autoorganizare şi autoreglare.

Gândirea este nucleul şi modul de existenţă al intelectului şi inteligenţei, ca însuşiri importante fundamental — aptitudinale ale personalităţii umane, în sensul că orice act de gîndire este o expresie a inteligenţei. Aici îşi au locul câteva consemnări cu privire la intelect şi inteligenţă.

Intelectul (lat. intellectus: cunoaştere, înţelegere) desemnează un sistem de relaţii, activităţi şi procese psihice superioare (inteligenţă, găndire, memorie, limbaj, imaginaţie), sistem ce se constituie şi funcţionează integru la nivel uman şi realizându-se numai prin modelare culturală şi integrare socioculturală.

Inteligenţa este un sistem complex de relaţii; care condiţionează modul general de abordare şi soluţionare a celor mai diverse sarcini şi situaţii problematice. Inteligenta poate fi descrisă ca:

abilitate de adaptare la situaţii noi; abilitate de a gîndi abstract, de a generaliza şi deduce; etc.

Caracteristicile esenţiale ale gândirii ca proces psihic cognitiv:

- Gândirea reflectă lumea într-un mod abstract şi generalizat;
- Gândirea reflectă esenţa lucrurilor şi a relaţiilor dintre ele;
- Gândirea foloseşte în calitate de mijloc (unealtă) limbajul şi alte sisteme de semne (reflectă lumea mijlocit, nu direct);
- Gândirea produce gândul (idei, noţiuni, judecăţi).

Deci, gândirea este procesul psihic cognitiv care reflectă în mod abstract şi generalizat esenţa lucrurilor şi a relaţiilor dintre ele şi utilizează limbajul ca unealtă psihologică.

Gândirea ca facultate mintală îndeplineşte următoarele funcţii:

- ✓ De înțelegere;
- ✓ De învățare;
- ✓ Rezolvare de probleme.

Înţelegerea

Reprezintă desprinderea semnificaţiei obiectelor, fenomenelor, acţiunilor. Lumea omului este o lume a semnelor. Semne ca obiecte, lucruri, fenomene, fapte care comportă semnificaţii sau sensuri. Omul trăind în această lume este mereu somat să se întrebe: Ce-i asta ? Ce înseamnă aceasta ? Ce se întâmplă de fapt? şi să răspundă la aceste întrebări. A căuta răspunsul la ele înseamnă a depune efort în a înţelege obiectele, fenomenele, faptele cu care omul se pune în relaţie. Fără a le înţelege omul nu se poate orienta în această lume şi nu poate să răspundă adecvat la provocările ei.

Înţelegerea este procesul gândirii prin care se surprinde sensul sau semnificaţia unui obiect, lucru, eveniment, fenomen, faptă, cuvânt. Înţelegerea este un act intelectual prin care se surprinde esenţa lucrurilor şi relevă relaţia dintre semnificant şi semnificaţie.

A înţelege înseamnă:

1. A cunoaşte ce exprimă cuvântul dat, fenomenul;
2. A fi apt de a explica;
3. A putea ilustra prin exemple proprii;
4. A reacţiona adecvat solicitărilor.

Înţelegerea are două însuşiri:

1. Întotdeauna constituie un fapt conştient;
2. Întotdeauna cere să fie verbalizată.

Învăţarea

Reprezintă asimilarea cunoştinţelor şi operaţiilor intelectuale şi constă în procesarea cunoştinţelor si formarea operaţiilor intelectuale.

Rezolvarea de probleme

Constă în depăşirea unor obstacole cognitive apărute în procesul înţelegerii.

Gândirea are trei însuşiri (valabile și pentru imaginație, ambele fiind procese cognitive)**:**

- Fluiditatea – posibilitatea de a ne imagina în scurt timp un mare număr de imagini, idei, situaţii etc.;
- Plasticitatea – constă în uşurinţa de a schimba punctul de vedere, modul de abordare a unei probleme, cînd un procedeu se dovedeşte inoperant;
- Originalitatea – expresia noutăţii, a inovaţiei, ea se poate constata prin raritatea statistică a unui răspuns.

II.Operațiile gândirii

Gândirea duce la rezultatul său specific, la idee, în mod treptat. Există o succesiune de secvențe ale procesului psihic de gândire. Ideea este elaborată ca urmare a rezultatului fiecărei secvențe în parte. O secvență a procesului de gândire pleacă de la rezultatul secvenței nemijlocit anterioare si este continuată pe o altă secvență care, la rândul ei, pleacă de la rezultatul deja existent al secvenței pe care o continua. Rezultatul unei secvențe a procesului de gândire este idee, dar, totusi, ea este idee în curs de elaborare. Doar rezultatul ultimei secvențe este ideea pe deplin constituită. Secvențele procesului de gândire în totalitatea lor redau relația existentă în realitate.

Când spunem că obiectul reflectoriu al procesului de gândire îl constituie relația, avem în vedere, desigur, relația în complexitatea ei, relația de la forma sa cea mai simplă, aceea dintre doi termeni, până la forme din ce în ce mai complexe, acelea în structura cărora nu numai că intră mai mulți termeni, ci si că termenii ei constituie, fiecare, câte o parte care este ea însăsi o structură internă de relații. Ideea redă relația

complexă, astfel încât redă entitatea așa cum există ea prin această relație complexă.

Există idee simplă si idee complexă. Ideea complexă, căreia în știința logicii îi corespund raționamentul si demersul logic, iar în lingvistică fraza și textul, constituie conceptul (noțiunea). O secvență a procesului de gândire reprezintă o operație a gândirii. Evident există atâtea operații ale gândirii câte secvențe ale procesului de gândire există. Avându-se în vedere procesul de gândire așa cum se realizează el până la elaborarea unui concept, au fost determinate șase asemenea secvențe. Operațiile de gândire sunt denumite operații principale, tocmai că s-a avut în vedere procesul de gândire prin care este elaborat conceptul. Operațiile principale ale gândirii sunt: analiza, sinteza, comparația, generalizarea, abstractizarea si concretizarea.

Operația	**Funcția**
Analiza	Desfacerea, dezmembrarea unui întreg în părţile sale componente (elemente), cu scopul de a le cerceta. Atunci cînd spunem despre un apartament că este format din trei camere, bucătărie, camara, baie etc. am efectuat operația de analiză, am descompus pe plan mintal apartamentul în parțile sale componente. La școală copiii fac analiza gramaticală, adică descompun pe plan mintal propoziția în cuvinte.
Sinteza	Este opusă analizei, ea constă în integrarea elementelor într-un tot întreg. Atunci cînd elaboăam un subiect de sinteză adunăm informații din mai multe surse și le reunim, le sintetizăm.
Generalizarea	Determinarea caracteristicilor comune pentru toate obiectele din clasa dată (prezenţa operaţiei de generalizare face posibil transferul, adică

	capacitatea de a folosi un procedeu sau strategie într-o situaţie nouă). Dacă afirmăm că toți oamenii care au temperament sangvinic sunt sociabili, am generalizat (extins) însușirea de sociabilitate asupra tuturor celor care au un astfel de temperament.
Particularizarea	Este opusă generalizării, constă în stabilirea de caracteristici specifice obiectului care-l individualizează. După ce profesorul explică o teorema, el particularizează, adică dă niște exemple.
Abstractizarea	Căutarea şi găsirea a ceea ce este esenţial în obiectul dat. Atunci cînd spunem: "Ionel este un elev introvertit" noi am abstractizat, am pus în evidență o singură insușire a lui Ionel și am făcut abstracție de faptul că el este brunet, are 15 ani, îi place matematica etc.
Comparaţia // Clasificarea	Împărţirea pe clase, pe tipuri a obiectelor examinate conform anumitor criterii. Jucăriile pot fi aranjate în funcție de mărime, substanțele chimice, în funcție de numărul de electroni etc. //În cazul **clasificării**, obiectele sau noțiunile sunt grupate în clase, în funcție de anumite proprietăți comune.
Concretizarea	Este opusă abstractizării, ea constă în reconsiderarea însusirilor care au fost ignorate anterior. Dacă noțiunea țară care este abstractă întrucât a reținut doar faptul că este un teritoriu cuprins între anumite granițe, având o conducere unică dar a ignorat alte trăsături: coordonatele geografice, relief, clima, etc. Atunci când la noțiunea țară adaugăm asemenea trăsături: este situată în emisfera nordică, în Europa, are clima temperată, este marginită la sud de Dunăre iar la est de Prut, etc., ajungem la România care

	ne apare în minte chiar ca imagine concretă (reprezentarea hărții României).

III.Formele gândirii

Gândirea ca o realitate psihică are şi ea „conţinut" şi „formă". Conţinutul îl alcătuiesc gîndurile, ideile, informaţiile. Evident, aceste informaţii, tind să se organizeze într-o formă, care le-ar asigura spaţiul de existenţă şi suport. Prin urmare, formă a gîndirii numim informaţiile produse, prelucrate şi structurate de gândire într-un anumit fel, constituind un tot întreg.

Gândirea are 3 forme de bază:

- Noţiunea;
- Judecata;
- Raţionamentul.

Noţiunea este formă logică elementară care constituie un ansamblu de caracteristici esenţiale şi generale ale unei clase de obiecte, cu alte cuvinte conţinutul noţiunii îl formează notele esenţiale ale obiectului şi legătura dintre aceste note. Noţiunea este exprimată de către cuvânt. Noţiunea reprezintă sensul cuvântului, adică partea cea mai însemnată a cuvântului. Nu toate cuvintele exprimă noţiuni, în schimb toate noţiunile sunt exprimate de cuvinte. Cuvintele care exprimă noţiuni ştiinţifice se numesc termeni.

Judecata este forma logică a gândirii prin care se afirmă sau se neagă ceva.

De ex., „Gândirea este proces cognitiv" sau „Atenţia nu este proces cognitiv".

Judecăţile sunt adevărate sau false.

Dacă noţiunea e alcătuită din notele esenţiale ale obiectului vizat, atunci judecata este alcătuită din noţiuni.

Dacă noţiunea îşi găseşte exprimare în cuvinte, atunci judecata se exprimă în propoziţii.

Raţionamentul este forma logică prin care se obţin informaţii noi din combinarea celor existente deja.

Elementele din care sunt alcătuite raţionamentele sunt judecăţile.
Deosebim raţionamente:

- Inductive;
- Deductive.

Raţionament inductiv (de la particular – la general) – inducerea unei însuşiri a membrilor unei clase la clasa întreagă /constatare particulară.
Raţionament deductiv (de la general – la particular) – pe baza unei premize generale se urmăreşte obţinerea de noi informaţii. Sunt 3 tipuri de raţionamente deductive: silogistic /două premize şi concluzii/; ipotetico-deductive /propoziţie condiţionată şi concluzie în formă de ipoteză; şi liniară /obţinerea informaţiei noi prin tranziţie.
Concluzii:
Gândirea este un proces psihic central care:

- Antrenează toate celelalte funcţii psihice.
- Orientează, conduce, valorifică celelalte procese psihice.
- Are rol decisiv în cunoaştere.
- Este definitorie pentru om, ca subiect al cunoaşterii logice, raţionale.

IV. Rezolvarea de probleme

Problema este un obstacol cognitiv, în relaţia dintre subiect şi lumea sa, iar asumarea sarcinii de a depăşi obstacolul, conturează domeniul rezolvării problemelor. Pentru a putea spune că există o problemă, trebuie să identificăm toate cele trei elemente ale sale:1) starea inițială, punct de plecare; 2) scopul problemei sau starea finală; 3) acțiuni sau operații ce ne conduc de la starea inițială la cea finală.

Cunoașterea elementelor ce alcătuiesc o problemă ne permite să clasificăm problema și să ne ajustăm soluțiile în

consecință. În general, problemele pot fi Împrțite în : bine definite si probleme slab definite.
Pornind însă de la operațiile prin care se pot soluționa problemele, acestea pot fi clasificate astfel:

1. Probleme de rearanjare a elementelor - solicitarea este de a reordona elementele problemei astfel încât să îndeplinească un anumit criteriu. În general, la aceste probleme sunt posibile diverse aranjamente ale elementelor, dar numai unul dintre ele îndeplinește criteriul solicitat.
2. Probleme de structurare a elementelor - în acest caz trebuie identificată relația dintre elementele problemei si să se construiască o nouă structură, un element nou.
3. Probleme de transformare – solicită intervenții astfel încât prin modificări succesive ale stării inițiale, să se ajungă în starea finală, cea solicitată.

O problemă apare atunci când o persoană îsi propune să atingă un scop sau să reacționeze într-o situație si nu are pentru aceasta un răspuns dinainte pregătit.

Sunt mai multe categorii de probleme.

După gradul de structurare sunt:

* probleme bine definite (rezolvate şi prin algoritmi);

* probleme slab definite (rezolvate prin strategii euristice).

Din perspectiva ciberneticii rezultă 5 categorii de probleme:

*reproductiv — necreative, fiind rezolvate prin strategii algoritmice;

*demonstrativ — explicative, se cere găsirea cauzalităţii;

*euristic — creative, începutul şi sfârşitul sunt slab delimitate (au un grad mare de ambiguitate şi solicită efort înalt cognitiv);

*inventivo — creative, tipice pentru creaţia tehnică, cu stare iniţială bine specificată;

*probleme de optimizare, cu starea iniţială bine delimitată, dar cu cea finală, necunoscută.

Procesul rezolutiv se desfăşoară în mai multe faze:

I. Punerea problemei — o reformulare a legăturii dintre cunoscut şi necunoscut (este o etapă analitică, urmărind înţelegerea conflictului).

II. Formularea ipotezelor atât asupra soluţiei cît şi asupra procedeelor de rezolvare (se alege varianta optimă din mai multe variante rezolutive).

III. Etapa rezolutivă — se lucrează sintetic.

IV. Etapa executivă — a soluţionării efective a problemei (în caz de nereuşită se reia întreg procesul rezolutiv).

V. Verificarea- etapa necesară mai ales în problemele complexe.

Se consideră că decisivă este găsirea principiului rezolutiv sau a strategiei optime prin care se restructurează întreg câmpul problematic şi se ascede la soluţie. Sunt 3 categorii de strategii necesare oricărei rezolvări: anticipativ — exploratorii; anticipativ — rezolutive; executive. Important este găsirea strategiei optime, deci de a găsi cheia, să foloseşti o relaţie care este mascată în contextul situaţiei problematice.

TEMA: LIMBAJUL

PLANUL:

I. Noțiuni de comunicare, limbă si limbaj.

II. Funcțiile limbajului.

III. Formele limbajului.

I. Noțiuni de comunicare, limbă si limbaj

O caracteristică fundamentală a limbajului este activitatea sa ca mijloc de comunicare interumană.

În acest sens limbajul fiind una din manifestările esenţiale ale vieţii psihice este şi una din trăsăturile distincte în raport

cu celelalte vieţuitoare, deoarece numai omul este singura fiinţă vorbitoare, ca fiinţă socială.

Procesele de comunicare umană sunt fundamentale în organizarea oricărei grupări sociale, deoarece în afara lor nu sunt posibile nici interacţiunea raţională a persoanelor, nici coordonarea lor conştientă şi nici cooperarea şi influență reciprocă a indivizilor în colectivitate.

Comunicarea, dispune de mai multe modalităţi:

- comunicare prin gesturi;
- comunicare afectiv-expresivă (mimică emoţională, pantomimică);
- comunicare atitudinală (postura);
- sistemul comunicării verbale (limbajul oral) realizat prin intermediul cuvintelor, al limbajului sonor;
- comunicare prin scris;
- comunicare prin simboluri logice, matematice ori prin imagini plastice artistice, constituind, în general, tot atâtea limbaje, numite artificiale.

Fenomenul comunicării interumane este o realitate psihosocială, de relaţie interpersonală:

Procesul comunicării verbale se realizează ca un sistem activ de emisie — recepţie a informaţiilor, constituite în mesaje, purtate între cel puţin doi indivizi, interlocutori.

Sistemul de comunicare este compus din 6 elemente principale:

- emiţătorul, generator de informaţii, la nivelul căruia se elaborează mesajele şi se declanşează actul comunicării;
- codul, ca sistem de semne, prin care se semnifică ceva, adică se recepţionează sau se transmite un mesaj;
- canalul de comunicare este linia de transmisie a informaţiei codificate;
- mesajul (conţinutul informaţional);

- receptorul /destinatarul/, adică instanţa care primeşte mesajul şi îl interpretează;
- conexiunea inversă, de la destinatar la emiţător.

Pentru realizarea comunicării optime se cer neapărat şi o seamă de condiţii psihologice cum sunt: consistenţa de conţinut a comunicaţiilor, dată de cantitatea de informaţii principală despre fapte, evenimente, lucruri în legătură cu care ne pronunţăm; condiţia expresivităţii, realizată prin formarea comunicării, prin intonaţie şi calităţi stilistice ale limbajului prin folosirea celor mai adecvate expresii; cerinţa inteligibilităţii comunicării care depinde nu numai de caracterul logic organizat al celor expuse, dar şi de raportul de accesibilitate de la interlocutor la expeditor.

L. Vîgotsky a descoperit că orice funcţie psihică superioară în realizarea sa este mijlocită de semne, pe care autorul le numeşte „unelte psihologice".

Limba este un sistem de semne constituit istoriceşte, care fiind pus în funcţiune poate realiza funcţii de comunicare, de cunoaştere şi de reglare a conduitei. Creatorul limbii este un anumit popor. Limba este un sistem hipercomplex de comunicare socială, îndeplinind funcţii esenţiale în elaborarea şi conservarea culturii. Ea este obiect de studiu pentru lingvistică (fonetica, sintaxa, semantica), urmărindu-se inventarul lexical, normele gramaticale şi corelaţiile cu activitatea cognitivă şi cu practica.

Vorbirea, o altă caracteristică fundamentală a limbajului, este actul de utilizare individuală şi concretă a limbii în cadrul procesului complex al limbajului. Vorbirea, face parte din limbaj, reprezentînd forma tipică a acestuia, de limbaj oral. Vorbirea este un limbaj în acţiune. Limba, limbajul şi vorbirea alcătuiesc trei aspecte ale unui proces unitar. Limbajul este modul de organizare, integrare şi

funcţionare a limbii la nivel individual. Limbajul este procesul real de utilizare a limbii în una din funcţiile sale:

- ✓ Comunicativă;
- ✓ Cognitivă;
- ✓ Reglatoare.

Limbajul, spre deosebire de limbă, este un fenomen individual, este produsul unui individ concret. Limbajul este obiectul psihologiei.

Toate procesele psihice sunt reglate de limbaj:

- ➢ Percepţiile şi reprezentările dobîndesc, prin verbalizare, semnificaţie;
- ➢ Formulările verbale sunt garanţia memoriei de durată;
- ➢ Voinţa este un proces de autoreglaj verbal;
- ➢ Verbalizarea permite definirea motivelor comportamentului etc.

Limbajul şi gîndirea sunt strîns legate şi se intercondiţionează, deşi nu sunt fenomene identice. Luând limbajul ca un proces comunicaţional, trebuie să precizăm că transmite sau comunică un mesaj, un conţinut informaţional semantic. Toate conceptele, ideile, categoriile cunoaşterii se formulează şi se exprimă - cu necesitate - în cuvinte. Fiecare cuvînt are o semnificaţie principală şi multe sensuri secundare. Cuvântul este legat de propoziţie ca şi conceptul de judecată. Normele gramaticale şi normele logice sunt solidare şi simetrice. Între comunicaţional (limbaj) şi cognitiv (gândire) se instituie un raport unitar. Limbajul este un ax al sistemului psihic care face posibil fenomenul de conştiinţă.

II. Funcțiile limbajului

Funcţia comunicativă – o constatăm în acel caz cînd limbajul realiează o comunicare, care constă în transmiterea unui mesaj de la o persoană la alta. Comunicarea este modul de existenţă a relaţiilor interumane.

Funcţia cognitivă /de integrare, conceptualizare - o constatăm atunci cînd subiectul realizează prin limbaj o cunoaştere. Aceasta se întîmplă atunci cînd limbajul se implică activ în procesele cognitive. Privind cunoaşterea, limbajul realizează următoarele sarcini:

- Depozitarea informaţiilor
- Transportarea în timp şi spaţiu a informaţiei

Funcţia reglatoare - este funcţia de iniţiere, organizare, planificare, îndrumare, control şi evaluare a conduitelor altor oameni şi proprii. Această funcţie se manifestă în actele volitive. Prin limbaj, declanşăm ori oprim acte comportamentale, modificăm sau deviem direcţia lor, etc.

Funcţia persuasivă /de convingere/ - de inducţie la o altă persoană a unor idei şi stări emoţionale.

Funcţia expresivă - de manifestare complexă a unor idei, imagini nu numai prin cuvinte, dar şi prin intonaţie, mimică, gestică, pantomimică.

Funcţia ludică /de joc/ - presupune asociaţiile verbale, consonanţe, ritmică, ciocniri de sensuri etc.

Funcţia dialectică – de formulare şi rezolvare a contradicţiilor sau conflictelor problematice.

Funcţia simbolic-reprezentativă – de substituire a unor obiecte, fenomene, relaţii prin formule verbale sau alte semne.

III. Formele limbajului

Distingem următoarele forme ale limbajului:

I. După gradul de „activizare” a subiectului:

a. Limbaj activ (iniţiativă în comunicare);

b. Limbaj pasiv (recepţionarea şi înţelegerea limbajului).

II. După criteriul perceperii sau neperceperii limbajului de către cei din jur:

a. Limbaj intern;

b. Limbaj extern (oral, scris).

Limbajul oral este cel mai important, de la el pornesc celelalte – el este forma fundamentală a limbajului. El este viu şi dotat cu un ansamblu de mijloace de exprisivitate. Limbajul oral poate fi:

- ✓ Colocvial – mai mulţi subiecţi participă la comunicare, are un caracter adresativ pregnant;
- ✓ Dialogat – participă, cel puţin doi subiecţi la comunicare, pot interveni prescurtări şi comutări de sens.
- ✓ Monologat – este mai dificil decît limbajul dialogat, deoarece, vorbind în faţa auditoriului, trebuie să susţii singur firul expunerii, să ai cursivitate, să te organizezi bine şi să comunici lucruri valoroase într-o formă accesibilă.

Limbajul oral se caracterizează prin:

- ✓ Expresivitate –variaţiile în intensitate, în înălţimea sunetelor pronunţate;
- ✓ Accentul – vârful de tărie al sunetelor în propoziţie;
- ✓ Intonaţia – face ca fraza să fie corectă, adaptată situaţiei şi intenţiei, sporeşte, reduce sau deviază sensul comunicării.

Limbajul scris este mai pretenţios, întrucît necesită o activitate de elaborare a frazelor în raport cu un plan prealabil şi nedispunând de un context situaţional, de o susţinere prin dialog, de posibilităţi de a reveni pentru corectări şi completări. În scris, limbajul este reglementat mai sever, nu-şi permite discontinuităţi, erori gramaticale sau lecenţe de expresii. Limbajul scris trebuie să se conformeze la maximum normelor de sistematizare şi claritate şi,de asemenea, să respecte cerinţele de conciziune.

Limbajul intern este cel care se desfăşoară în sfera lăuntrică, mintală, reprezentând chiar arhitectonica acestei lumi subiective. Este o vorbire cu sine însuşi şi pentru sine, uneori reproducînd în această sferă intimă scrierea sau lectura. Faptul că este asonor, ascuns, nu înseamnă că este

lipsit de orice participare motrică. Cercetătorii au descoperit în coardele vocale, în întreg aparatul fonator, vibraţii , impulsuri foarte slabe care conturează vorbirea (ideomotricitate). În timp ce vorbirea este desfăşurată pe mai multe faze succesive şi consumă timp, limbajul intern, asonor, este centrat pe înţelesuri, pe idei şi imagini, prezentând un maximum de economicitate, utilizând prescurtări, condensări, substituind cuvintele cu imagini şi fixîndu-se, îndeosebi, asupra acţiunilor şi calităţilor. Reducând succesivitatea la o relativă simultaneitate, vădeşte o extraordinară viteză de lucru, de sute de ori mai mare decît cea a vorbirii. Aceasta mai ales în urma maturizării limbajului intern, ce se bazează pe experienţile vorbirii, dar mai ales pe scriere şi lecturi. Pe măsura constiturii sale, limbajul îndeplineşte funcţii de anticipare, proiectare, conducere dinlăuntru şi coordonare a limbajului oral şi a scrierii. Deci, deşi în formaţia sa, limbajul intern se explică prin interiorizare, ulterior fiind comprimat şi centrat pe înţelesuri, fiind tematizat, constitue un fel de rampă de lansare pentru formele de limbaj extern, ajungând sa se exteriorizeze în acestea. Limbajul intern prezintă mai multe forme:

- ✓ Forma automatizată (desfăşurată în baza deprinderii);
- ✓ Forma pasivă, implicată în ascultare şi înţelegere;
- ✓ Forma anticipativă, prin care se planifică vorbirea orală sau scrierea;
- ✓ Vorbirea internă, ca modalitate relativ desfăşurată de limbajul intern.

TEMA: IMAGINAŢIA

PLANUL:

I. Definirea și caracterizarea imaginației.

II. Formele imaginației.

III. Procedeele imaginației.

I. Definirea și caracterizarea imaginației

Imaginația ocupă o poziție aparte pe continuumul activității de cunoaștere. Pe de o parte, ea vine în continuarea reprezentării, bazându-se direct pe memorie, pe de altă parte, ea deviază traiectoria care merge spre gândire, făcând o buclă. În psihologie, imaginația se definește ca proces intelectual (cognitiv) de selectare și combinare în imagini noi, elemente din experiența anterioară sau de generare de imagini fără corespondent în această experiență. Produsul activității imaginative nu se reduce doar la imagini singulare, disparate, ci el presupune proiecte și planuri complexe, care se obiectivează în diferite forme: inovații, invenții, descoperiri, piese muzicale, opere plastice și literare etc.

Imaginația joacă un rol esențial în activitatea umană, incluzându-se ca verigă componentă centrală a creativității. Ea aduce un spor considerabil la cunoașterea realității date si a viitorului, a posibilului.

Spre deosebire de gândire, care se încapsulează în reguli si norme riguroase, ce-i impun întotdeauna congruența sau compatibilitatea cu realitatea obiectivă, imaginația este liberă de canoane, ea putându-se mișca nu numai pe tărâmul realului perceptibil, ci și pe cel al fantasticului si fantasmagoricului. Ea nu are așadar limite, ceea ce-i conferă întotdeauna o notă de inedit, de noutate.

În cursul vieții imaginația traversează o traiectorie complexă: exuberantă, irezistibilă și nearticulată în copilărie, devine structurată, persistentă și orientată finalist constructiv în adolescență, productivă și instrumentală în tinerețe și slabă, rigidă la vârstele avansate. Pe măsura dezvoltării și consolidării structurilor gândirii, imaginația se mulează din ce în ce mai mult pe probleme reale, integrate activităților sociale actuale în domeniul artei, tehnicii, științei.

Imaginaţia este proces cognitiv complex de elaborare a unor imagini şi proiecte noi, pe baza combinării şi transformării datelor experienţei anterioare. Sursa imaginaţiei este experienţa anterioară, stocată în memorie şi realitatea obiectivă percepută prin procesele senzoriale.

Imaginaţia presupune trei însuşiri (valabile și pentru gândire, ambele fiind procese cognitive)**:**

- Fluiditatea – posibilitatea de a ne imagina în scurt timp un mare număr de imagini, idei, situaţii etc.;
- Plasticitatea – constă în uşurinţa de a schimba punctul de vedere, modul de abordare a unei probleme, cînd un procedeu se dovedeşte inoperant;
- Originalitatea – expresia noutăţii, a inovaţiei, ea se poate constata prin raritatea statistică a unui răspuns**.**

Imaginaţia se deosebeşte de memorie prin faptul că imaginaţia constă în combinarea diferitor informaţii stocate în memorie, pe cînd memoria are un caracter reproductiv.

Imaginaţia de deosebeşte de percepţie prin faptul că imaginaţia nu întotdeauna reflectă realitatea obiectivă, ci include fantezii şi invenţii.

II. Formele imaginației

Putem distinge mai multe **forme ale imaginaţiei:**

- În mod involuntar (visurile nocturne, reveriile**) –** subiectul este spectator, nu poate controla imaginile, nu le poate imediat înţelege. Este o formă pasivă a imaginaţiei. Imaginile sunt propulsate de dorinţe, aşteptări nesatisfăcute.
- În mod voluntar – creaţia – constă în structurarea în plan mintal a unui produs nou, inexistent în prezent, dar posibil în viitor. Este cea mai complexă şi valoroasă formă. E stimulată de motive şi atitudini creatoare: interesul pentru nou, trebuinţa de

autorealizare, curiozitate, aventura de necunoscut, etc.

Care, la rîndul său se manifestă în mai multe feluri:

Imaginaţia reproductivă – constă în capacitatea noastră de a ne reprezenta diferite locuri, fenomene, întîmplări, pe baza unor relatări verbale, fără sprijinul unui material intuitiv. Se produce prin indicaţii concrete, schiţe, descrieri verbale (ex, la geografie, biologie, istorie, etc). Este o formă activă de imaginaţie.

Imaginaţia creatoare (productivă) – este cea mai compexă şi valoroasă formă a imaginaţiei voluntare şi active. Ea se deosebeşte de cea reproductivă, pentru că este orientată spre ceea ce este posibil, spre ceea ce ţine de viitor, spre ceea ce este nou.

Visul de perspectivă - constă în proiectarea mintală a propriului curs al vieţii, în concretizarea prin imagini a idealului de viaţă pe care şi-l propune o persoană.

Există şi alte criterii de clasificare a imaginaţiei:

- După gradul de activism: pasivă (visul, reveria), activă (reproductivă, creatoare).
- După tipul de activitate: artistică, tehnico-constructivă, ştiinţifică etc.
- După tipul dominant de reprezentări: plastic-vizuală, auditiv-muzicală, verbal-motorie etc.

III. Procedeele imaginației

Imaginarea unor noi obiecte, simboluri, idei implică două procese fundamentale: analiza şi sinteza.

Analiza realizează o descompunere a unor reprezentări care apoi, prin sinteză, sunt reorganizate în alte structuri deosebite de cele percepute sau gîndite anterior. Procedeele imaginative reiesă din cele două procese fundamentale şi constituie un mod de operare mintală, care conţine

compuneri, descompuneri, recompuneri, integrări, dezintegrări, ducînd la rezultate variabile.

- **Aglutinarea –** constă într-o nouă organizare mintală a unor părţi uşor de identificat şi care au aparţinut unor lucruri, fiinţe, fenomene, adică părţile descompuse din diferite fiinţe sunt recombinate alfel , spre exemplu, sfinxul: corp de leu, cap de femeie; sirena etc.
- **Amplificarea şi diminuarea (**modificarea dimensiunilor proporţiilor) – presupune modificarea proporţiilor, dimensiunilor unei structuri iniţiale, obţinându-se un efect nou. A fost folosită în creaţiile literare pentru copii, a dus la imaginarea de pitici şi uriaşi.
- **Multiplicarea/ omisiunea (**modificarea de elemente structurale) **–** presupune păstrarea unor elemente ale structurilor cunoscute şi schimbarea altora, obţinându-se efecte noi. La fel a fost folosită în creaţiile literare pentru copii, a dat naştere la balaur cu şapte capete, a fost folosit în crearea personajelor mitologice – Ciclopul.
- **Schematizarea** – se realizează în caricatură, în proiectarea tehnică, în arhitectură, în grafică. Esenţa acestui procedeu constă în selecţia numai a unor însuşiri şi omiterea , cu bună ştiinţă, a altora. Desenul schematic al structurii unei plante este folosit în vederea relevării deosebite a caracteristicilor structurale.
- **Analogia –** a stat la baza multor inovaţii şi invenţii în tehnică şi a multor descoperiri în ştiinţă. Ea are la bază identificarea unor elemente comune şi a celor necomune la două serii de obiecte sau fenomene, unele dintre acestea fiind bine cunoscute, iar celelalte doar parţial ştiute, dar pe baza elementelor

comune putându-se investiga şi ceea ce este încă necunoscut şi mai greu accesibil. Primele automobile semănau cu o trăsură de cai. Analogiile stau la baza construirii maşinilor inteligente.

- **Adaptarea** – aplicarea unui obiect, element sau principiu funcţional într-o nouă situaţie.
- **Substituţia** – înlocuirea într-o strucură existentă a unui element, funcţii, substanţe – înlocuirea unor materiale tradiţionale în tehnică; substiturea unor personaje în artă.
- **Tipizarea** – este folosită în creaţia literară şi presupune identificarea generalului şi apoi transpunerea lui într-un produs nou care îmbină, în manieră autentică, generalul cu fenomenul. Un personaj tipic, o situaţie tipică sunt produse pe baza unor astfel de procedee.
- **Empatia** – transpunerea imaginară în "pielea celuilalt", capacitatea de a-l înțelege pe celălalt ca pe tine însuți.

TEMA: CREATIVITATEA

PLANUL:
I. Natura psihologică a creativității.
II. Structura creativității.
III. Nivelele creativității.
IV. Fazele creativității.

I. Natura psihologică a creativității

Creativitatea este, după Popescu-Neveanu, un fenomen psihic hipercomplex. Din această cauză creativitatea este înţeleasă şi definită de diferiţi psihologi în mod diferit. Anca Munteanu în cartea ei „Incursiune în creatologie" oferă în jur de 50 definiţii. Spre exemplu: „Creativitatea este procesul prin care se focalizează, într-o sinergie de factori (biologici,psihologici, sociali), întreaga personalitate a

individului şi care are drept rezultat o idee sau un produs nou, original; cu sau fără utilitate şi valoare socială" (Munteanu, A. „Incursiune în creatologie", p. 44). „Creativitatea este capacitatea esenţială şi integrală a persoanei, rezultată din activitatea conjugată a tuturor funcţiilor sale psihice (intelectuale, afective, volitive), conştiente şi inconştiente, native şi dobândite de ordin biologic, psihofiziologic şi social, implicată în producerea ideilor noi, originale şi valoroase (Morari, I. „Psihologia creaţiei", p. 16). „Creativitatea este capacitatea de a produce idei noi şi originale, descoperiri, invenţii, acceptate de comunitatea de experţi ca fiind adevărate valori ştiinţifice, estetice, sociale, artistice sau tehnice (Vernon, „Dimensions of creativity").

Caracteristicile esenţiale ale creativităţii, după care poate fi formulată definiţia conceptului de creativitate sunt:

- ✓ Creativitatea este o formaţiune psihologică, o structură psihologică a personalităţii şi, prin urmare, ea cuprinde şi procese, şi capacităţi, şi alte fenomene psihice relevante creativității;
- ✓ Atunci când această formaţiune este pusă în funcţiune ea realizează un produs creativ;
- ✓ Produs creativ înseamnă o idee, o invenţie, un aparat sau dispozitiv tehnic, o teorie sau concepţie ştiinţifică, o metodă, un principiu şi alte descoperite prin creativitate;
- ✓ Acel produs poate fi considerat creativ care satisface următoarele criterii: 1) este nou, 2) este original, 3) răspunde unei necesităţi sociale (în cazul adulţilor); 4) este recunoscut de experţi ca valoare autentică, ca adevărată descoperire (tot doar în cazul adulţilor).

Deci, Creativitatea este formaţiunea psihologică care fiind declanşată realizează produse noi, originale, de obicei

socialmente utile şi recunoscute de experţi ca fiind valori culturale autentice.

Termenul de creativitate a fost inventat şi introdus în circuitul ştiinţific de către Allport. Din limba latină însemna a *naşte*. Şi într-adevăr, a crea înseamnă a face un lucru care nu a mai fost până la momentul dat, a născoci idei ce n-au existat - en: creativity, fr: creativite, rus: креативность.

Conceptele adiacente: persoană creativă (subiectul, agentul procesului creativ), procesul creativ (procesul declanşat de creator utilizând creativitatea ca organ psihic), problemă creativă (problemă foarte complicată, problemă de obicei insuficient definită: subiectul nu numai că nu cunoaşte soluţia, ci şi modul în care ea se rezolvă).

II. Structura creativității

Sunt mai multe concepţii despre structura creativităţii şi elementele ce o constituie. În continuare vom prezenta concepţia Terezei Amabile privind structura creativităţii (Amabile, T. „Creativitatea ca mod de viaţă"). Iată structura creativităţii şi componentele ei, după Amabile:

- Abilităţi speciale;
- Gândirea divergentă;
- Motivaţia intrinsecă.

Abilităţile speciale sunt acele abilităţi care asigură executarea la un nivel superior de calitate (excelent) a unei activităţi ce ţine de un anumit domeniu. Abilităţile ce ţin de muzică sunt abilităţi muzicale cum ar fi auzul muzical, memoria muzicală, vocea etc. Abilităţile matematice: gândirea abstractă, capacitatea de a opera cu formule, numere etc. Abilităţile speciale asigură succesul într-un anumit domeniu. Gândirea divergentă este un concept introdus de Guilford şi este opus celui de gândire convergentă. Aceste concepte formează o pereche de concepte asociate prin contrast cum ar fi analiza şi sinteza, teoretic - practic etc.

Gândirea divergentă se caracterizează prin următoarele caracteristici esenţiale:

- ✓ Este flexibilă: înseamnă uşurinţa de a-şi schimba strategiile, metodele, tehnicile în funcţie de schimbarea situaţiei, a datelor problemei etc. Opus: rigiditate.
- ✓ Este originală: produce ceva irepetabil şi unic în felul său, ceva care nu seamănă cu altceva. Opus: stereotipică.
- ✓ Este fluidă: produce cu uşurinţă noi idei, asociaţii, curge liber şi repede. Opus: vâscoasă, încremenită.

<u>Motivaţia intrinsecă.</u> În general, motivaţia înseamnă totalitatea motivelor ce declanşează o activitate, o stimulează şi-i conferă sens. Motivele pot fi extrinseci şi intrinseci.

Motivele extrinseci sunt motivele ale căror surse sunt în afara personalităţii, sunt motive venite din mediul exterior. Ex.: note la învăţătură, diplomă etc. Ele alcătuiesc motivaţia extrinsecă.

Motivele intrinseci sunt motivele venite din interior, sursa lor e însăşi personalitatea. Ex.: interesul cognitiv, curiozitatea (vreau să ştiu), motivul autoactualizării (vreau să mă dezvolt). Totalitatea motivelor intrinseci ale creaţiei formează motivaţia intrinsecă a creativităţii.

III. Nivelele creativității

J. Taylor a elaborat o teorie care indică 5 nivele ale creativităţii.

Nivelul 1: (cel mai simplu) este nivelul creativităţii expresive. Este propriu tuturor copiilor şi se manifestă în desen, cântec, născociri de istorii, poveşti etc. Copiii creează deoarece vor să-şi exprime grijile, obsesiile, fricile, bucuriile etc. De aceea şi se numeşte expresivă.

Nivelul 2: creativitatea productivă - este cea mai simplă, creativitate la adult. Ea constă în executarea unor lucrări abil, iscusit, deşi originalitate e puţină. Lucru nu numai bine făcut, ci

şi cu abilitate şi măiestrie făcut. O tortă deosebită preparată, o haină cusută deosebit...
Nivelul 3: creativitatea inventivă - ea constă în capacitatea de a realiza conexiuni noi între elementele deja cunoscute. Esenţa acestei creativităţi este exprimată prin verbul „a inventa". Exemple: Metro din tren, autobuz cu două secţii cuplate, telefon mobil din telefon fix şi radio....
Nivelul 4: creativitatea inovativă - ea produce lucrări noi şi originale. În psihologia tradiţională îi corespunde noţiunea de talent. Poezie, cântec şi alte opere marcate de har. Cu acest dar este înzestrat un număr restrâns de persoane.
Nivelul 5: creativitatea emergent - produce ceva care revoluţionează domeniul. Exemplu: teoria relativităţii a lui Einstein. „Luceafărul" Eminescu, simfonia IX de Beethoven. În psihologia tradiţională îi corespunde noţiunea de geniu. Persoane la acest nivel sunt şi mai puţine.

Din perspectiva nivelurilor şi a numărului de persoane care se află la fiecare nivel creativitatea poate fi reprezentată printr-o piramidă asemănătoare cu cea a lui Maslow.

Aproape toată lumea are sau a avut creativitate expresivă (când au fost copii), productivă mai puţină lume, iar inovativă şi, mai ales, emergentă unităţi. Astfel trebuie citită şi înţeleasă piramida.

Există persoane creative (oamenii de creaţie) şi persoane mai puţin creative. Persoanele creative se disting de cele ordinare prin următoarele calităţi:

- Persoanele creative sunt persoane performante (de succes).
- Simt nevoia de ordine cognitivă (de aceea mereu structurează, simplifică, aranjează logic informaţiile, haosul îi irită etc.).
- Sunt mereu îmboldite de curiozitate.
- Sunt imperative, dominatoare, sunt pline de sine.

- Sunt independente şi autonome.
- Sunt mai puţin inhibate, mai puţin formale, mai puţin convenţionale, sunt nonconformiste.
- Le place munca, sunt perseverente.
- Sunt critice în mod constructiv.
- Sunt larg informate.
- Nu simt nevoia să se ancoreze în relaţiile sociale.
- Pot manifesta interese proprii sexului opus (unui bărbat îi place să gătească bucate etc.).
- Au încredere în sine şi în puterile lor.
- Sunt tolerante faţă de complexitatea şi ambiguitatea problemelor (problemele prost definite).
- Sunt puternic implicate în dezvoltarea şi realizarea de sine, sunt autoactualizatoare.

IV. Fazele creativității

Fazele procesului creativ după G.Wallas:

1. Prepararea;
2. Incubarea;
3. Iluminarea;
4. Verificarea.

<u>Prepararea</u> – în această fază subiectul descoperă problema creativă, face o analiză primară a ei, emite ipoteze, le verifică. Eşec. Iar mai încearcă. Din nou eşecuri. Frustrări, dezamăgiri. Subiectul abandonează problema, dar problema nu-1 lasă. Ea continue să persiste în sistemul cognitiv, dar în formă refulată, neconștiintizată.

<u>Incubarea</u>. La acestă etapă rezolvarea problemei continuă în inconştient. Conţinutul acestei faze: gândirea primară (sintetica, imaginativă) alternează cu cea secundară (logică, verbală). Drept rezultat ipotezele „fără şanse" se şterg şi astfel se curăţă spaţiul, iar cele bune, dar care au fost neglijate la preparare se scot în evidenţă.

Iluminarea – are loc apariţia bruscă şi în toată splendoarea ei a soluţiei, soluţia asupra căreia s-a zbătut mult, în sfârşit s-a arătat. Stare de alertă, inspiraţie. Sinonime: insight, evrika, aha-reacţia.
Verificarea - rezultatul obţinut se verifică dacă constituie o soluţie bună sau falsă. Prin metode logico-matematice sau experiment.

Stimularea creativităţii se realizează cu ajutorul tehnicilor speciale brainstorming, sinectica, metoda Delphi, Philips 6-6, discuţia panel etc.

Omul nu întotdeauna este creativ, adică are creativitate, dar ea e în stare latentă, e dezactivată.
Pentru ca omul să fie creativ este nevoie ca el să beneficieze de două condiţii psihologice:

- să se simtă în securitate;
- să se simtă liber.

TEMA: MOTIVAŢIA

PLANUL:
I. Definirea și caracterizarea motivației.
II. Modalități și structuri ale motivației.
III. Formele și funcțiile motivației.

I. Definirea și caracterizarea motivației

Motivaţia reprezintă o pârghie importantă în procesul autoreglării individului, este o forţă motrice a întregii sale dezvoltări psihice şi sociale. Aceasta înseamnă că selectarea, asimilarea, sedimentarea influenţelor externe se vor produce dependent de structurile motivaţionale ale persoanei. Motivaţia sensibilizează diferit persoana la diferite influenţe externe, făcând-o mai mult sau mai puţin permeabilă la ea. Iată de ce una şi aceeaşi influenţă externă produce efecte diferite la persoane diferite sau la aceeaşi persoană în momente diferite ale existenţei sale.

Motivaţia, prin caracterul ei propulsator şi tensional, “răscoleşte” şi reaşează, sedimentează şi amplifică materialul construcţiei psihice a individului.
Motivaţia desemnează ansamblul factorilor (motivelor) care declanșează activitatea omului, o orientează selectiv cãtre anumite scopuri și o susține energetic.
Elementul constitutiv – central al motivaţiei este reprezentat de motiv (pădurea – motivaţia, copacul - motivul).
MOTIVUL - fenomen psihic (mobilul) ce are un rol esenţial în declanşarea, orientarea şi modificarea conduitei umane, este cauza internă a conduitei noastre.

Motivaţia are o dublă natură:
Motivaţia înnăscută (primară) are la bază zestrea instinctuală cu care se naște orice reprezentant al unei specii, pe parcursul dezvoltării filogenetice.
Motivaţia dobândită (secundară) este specifică omului şi se constituie, în funcţie de specificul fiecărui individ, pe parcursul dezvoltării sale ontogenetice.

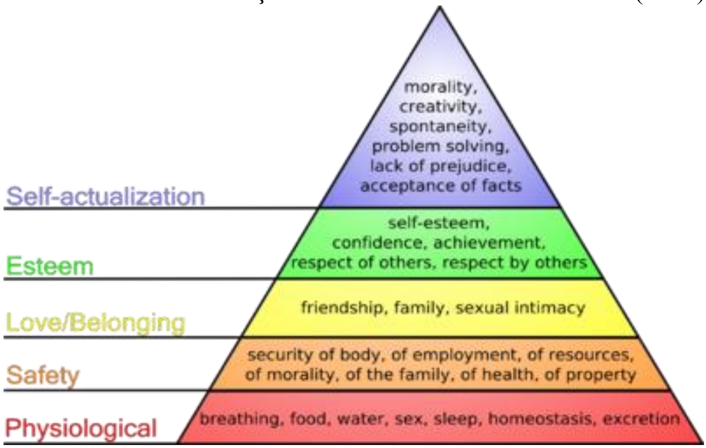
Doi factori influenţează formarea structurii motivaţionale dobândite:
a) intern - dependent de creşterea gradului de complexitate structural –funcţională a creierului.
b) extern – complexitatea mediului social în care trăieşte şi se dezvoltă personalitatea umană. Astfel, o dată cu dezvoltarea societăţii apar tot mai multe solicitări la nivelul individului.

II. Modalități și structuri ale motivației

I. Trebuinţele sunt structuri motivaţionale fundamentale ale personalităţii. Reprezintă forţele motrice cele mai puternice, reflectând echilibrul bio-psiho-social. In funcţie de geneza şi conţinutul lor, trebuinţele se clasifică:
A.Trebuinţe primare (înnăscute). Sunt două categorii: *trebuinţe biologice/organice (foame, sete etc.);

*trebuinţe fiziologice/funcţionale (de mişcare, relaxare etc.); ele sunt comune pentru om şi animal, doar că la om sunt modelate sociocultural.
B.Trebuinţe secundare (dobândite în decursul vieţii) asigură integritatea psihică şi socială a organismului. Sunt mai multe: *trebuinţe materiale (locuinţă, comfort, unelte, instrumente); *trebuinţe spirituale (cognitive, estetice, de autorealizare); *trebuinţe sociale (de comunicare, integrare socială etc.).

PIRAMIDA TREBUINŢELOR ABRAHAM MASLOW (1968)



Cunoaşterea acestei ierarhii este utilă în explicarea comportamentului elevilor şi motivarea lor pentru a învăţa:

- ✓ trebuinţa care motivează comportamentul este cea nesatisfăcută;
- ✓ o trebuinţă nu apare ca motivaţie decât dacă cea anterioară a fost satisfăcută (este dificil pentru profesor să activeze trebuinţa de a şti a unui elev dacă cele de hrană, somn nu sunt satisfăcute);
- ✓ apariţia unei trebuinţe noi după satisfacerea alteia se face gradual, nu brusc;
- ✓ cu cât o trebuinţă este mai spre vârful piramidei, cu atât este mai specific umană (satisfacerea lor produce fericire);

- ✓ satisfacerea trebuinţelor generează reducerea tensiunii interne, nesatisfacerea lor o perioadă îndelungată pune în pericol existenţa fizică şi psihică a omului;

  Când trebuinţele de bază sunt satisfăcute, elevii sunt disponibili pentru a învăţa.

II.Motivele constituie reactualizări şi transpuneri în plan subiectiv a stărilor de necesitate. Motivul este mobilul care declanşează, susţine, energetic şi orientează acţiunea.
Motivele sunt variate:
- individuale şi sociale;
- inferioare şi superioare;
- minore şi majore;
- egoiste şi altruiste etc.

III. Interesele - reprezintă orientări selective, relativ stabile spre anumite domenii de activitate. Implică organizare, constanţă şi eficienţă, conţin elemente cognitive, afective, volitive.
Interesele pot fi:
- generale si particulare;
- pozitive şi negative;
- profesionale şi extraprofesionale — în funcţie de domeniul de activitate în care se manifestă etc.

IV. Scopul – reflectă rezultatul intermediar conștientizat spre care este orientată acţiunea. Pentru a realiza activitatea de învăţare elevul trebuie să-şi pună mai multe scopuri.
V. Intenţia – evidenţiază orientarea motivului spre scopuri. Ea se referă la ceea ce individul incearcă să facă.
VI. Nivelul de aspirații – reflectă standardul pe care o persoana spera să-l atingă. Este important ca nivelul de aspiraţii să fie optim.
El este dependent de:
a) resursele energetice ale subiectului;
b) gradul de obiectivitate al imaginii de sine;

c) mediul familial, grupul şcolar/academic;
d) succesele sau eşecurile anterioare.

III. Formele și funcțiile motivației

Motivaţia pozitivă şi motivaţia negativă. Motivaţia pozitivă — e produsă de stimulări premiale (laudă, recompensă, încurajare etc.), având efect benefic relaţional. Motivaţia negativă — e produsă de stimuli aversivi (ameninţare, blamare, pedeapsă) şi se asociază cu efecte de abţinere, evitare, refuz.

Motivaţia intrinsecă şi motivaţia extrinsecă se referă la raportarea motivaţiei la sursa ei producătoare. Motivaţia intrinsecă - sursa se află în subiect (dragul de a ști, de a învăța, interesul etc.). Motivaţia extrinsecă - sursa se află în afara subiectului (notă, cadou etc.).

Motivaţia cognitivă şi motivaţia afectivă. Motivaţia cognitivă - este curiozitatea, interesul; de la explorare se trece la reproducere, la înţelegere şi interes ştiinţific. Motivaţia afectivă - nevoia de a obţine aprobarea altor persoane.

Dacă ne referim la productivitatea formelor motivaţiei, evident că cele mai productive sunt: pozitivă, intrinsecă, cognitivă. Numai că această superioritate a unui tip de motivaţie faţă de altul se păstrează doar atunci când raportarea se face în cadrul cuplului respectiv. Când raportăm motivaţia intrinsecă la cea extrinsecă, desigur că prima formă este superioară celeilalte, iar dacă luăm în considerare şi alţi factori, cum ar fi vârsta subiecţilor, temperamental sau caracterul lor vom constata că, de pildă, la elevii mici mai productivă este motivaţia extrinsecă, deoarece cea intrinsecă, fiind mai complexă, ţinând de structurile de personalitate, nici nu s-a format încă.

Funcţiile motivaţiei. Există tipuri extrem de diferite de motivaţii, ca structură şi funcţionalitate, complexitate şi rol,

cum ar fi -_trebuinţele, motivele, dorinţele, aspiraţiile, interesele, convingerile, idealurile, concepţia despre lume etc., de aceea există şi funcţii diferite ale acestora. Printre funcţiile motivaţiei enumerăm:

Funcţia de declanşare – constă în deblocarea şi activarea centrilor de comandă în vederea satisfacerii stării de necesitate, fie că este vorba de o trebuinţă biologică, fie de una de ordin spiritual.

Funcţia de orientare /direcţionare - constă în centrarea comportamentului şi activităţii pe un obiectiv anume. Pentru a-şi atinge efectul său reglator –adaptativ, acţiunea specifică trebuie orientată spre un anumit scop specific.

Funcţia de susţinere şi energizare -constă în menţinerea în actualitate a comportamentului declanşat până la satisfacerea stării de necesitate. În virtutea acestei funcţii se asigură eliberarea de energie dincolo de momentul declanşării acţiunii.

Esenţial pentru motivaţie este faptul că ea instigă, impulsionează, declanşează acţiunea; iar acţiunea, prin intermediul conexiunii inverse, influenţează însăşi baza motivaţională şi dinamica ei.

TEMA: ATENŢIA

PLANUL:
I. Definirea și caracterizarea atenției.
II. Formele atenției.
III. Însușirile atenției.

I. Definirea și caracterizarea atenției

Atenţia face parte din procesele psihice reglatorii care susţin energetic activitatea prin modelarea tonusului nervos necesar desfăşurării celorlalte procese psihice (percepţia, memoria, gândirea). Atenţia este un atribut al

celorlalte procese psihice. Dacă se asociază cu percepţia, atunci aceasta va fi mai clară, precisă şi completă. Dacă se asociază cu memoria, atunci aceasta va fi mai bogată, fidelă, trainică. Dacă se asociază cu gândirea şi imaginaţia, atunci acestea vor fi mai eficiente, profunde şi creatoare. În absenţa atenţiei apar disfuncţionalităţi în derularea acestora.

Atenţia este fenomenul psihic de activitate selectivă, concentrare şi orientare a energiei psihonervoase în vederea desfăşurării optime a activităţii psihice. Ea face parte din categoria fenomenelor psihice care susţin energetic activitatea, ea este o funcţie prin care se modulează tonusul nervos, necesar pentru desfăşurarea celorlalte procese şi structuri psihice. Prezenţa ei asigură o bună receptare senzorială şi perceptivă a stimulilor, înţelegerea mai profundă a ideilor, o memorare mai trainică şi fidelă, selectarea şi exersarea mai adecvată a priceperilor şi deprinderilor. Lipsa atenţiei duce la omisiuni în receptarea stimulilor, la erori în reacţiile de răspuns, la confuzii în descifrarea sensurilor, omisiuni, inadecvări etc..

Atenţia implică 2 stări neurofuncţionale:
a) starea de veghe – este opusă stării de somn şi se caracterizează prin faptul că scoarţa cerebrală este activată difuz, iar omul realizează o contemplare generală sau aşteptare pasivă. Pe fondul stării de veghe se instalează următoareastare;
b) starea de vigilenţă – presupune explorarea generală a mediului, aşteptarea şi căutarea a ceva încă nedefinit. Ea nu are o orientare anume, nu se opreşte asupra a ceva ci explorează orice.

Atenţia este o manifestare a conştiinţei şi nu poate fi legată de un anumit proces psihic. Ea nu are un conţinut informaţional propriu, fiind prezentă în toate funcţiile psihice. Atenţia este o proprietate a conştiinţei, aceea de a se

focaliza, de a avea o regiune centrală, în raport cu ansamblul sesizat, care ocupă o poziţie periferică.

Atenţia nu trebuie înţeleasă ca fiind statică, ci ca un proces, o succesiune de stări cu rol în susţinerea energetică a activităţii psihice. Ea presupune desfăşurarea în timp, activarea selectivă, orientarea şi concentrarea proceselor.

Caracteristicile atenției:

- Selectivitatea - asigură extragerea, relevarea acelor elemente care vor determina răspunsul operant. Aceasta este principala caracteristică a atenţiei. Din multitudinea stimulilor care acţionează asupra organismului uman numai unii atrag atenţia, numai unii sunt reflectaţi cu o deosebită claritate, ceilalţi rămân în afara atenţiei, sunt parţial sau total ignoraţi. Ex: organele senzoriale receptează 100 000 de biţi pe secundă informaţie. Din această cantitate doar 25 - 100 biţi ajung în conştiinţă. Când citim cu atenţie o carte, deşi stimulii din ambianţă continuă să acţioneze, nu ne dăm seama de prezenţa lor.
- Orientarea (direcţionarea) - îndreptarea fie către o sursă de stimulare sau un stimul prezent, fie către o categorie de stimuli a căror operaţie este aşteptată în viitorul apropiat.
- Concentrarea optimă – presupune concentrarea energiei psihonervoase asupra obiectului aflat în focarul de conştiinţă, restul obiectelor fiind imprecis reflectate.

II. Formele atenției

Atenţia nu se manifestă în unul şi acelaşi fel în toate activităţile omului. Există forme mai simple şi forme mai complexe de atenţie. Deosebim cîteva criterii de clasificare a atenţiei.

I. După direcţia de orientare:

Internă;

Externă.

II. După predominarea relativă a unei activităţi:

- Senzorială;
- Motrică;
- Intelectuală.

Atenţia senzorială este o atenţie ce asigură activităţile noastre senzoriale conectând toate cele cinci organe de simţ. Pe baza ei omul realizează primele reacţii la stimul. Această atenţie este îndreptată spre însuşiri separate a obiectelor.

Atenţia motrică pregăteşte omul către activitate, către o anumită operaţie. Ea este strâns legată de atenţia senzorială şi o urmează.

Atenţia intelectuală ne permite să ne orientăm în avalanşa gândurilor, stărilor interne. Ea este o atenţie interiorizată. Ea participă la elaborarea planurilor activităţii, a comportamentului cât şi a deciziilor.

B. După natura reglajului:

1. Involuntară;
2. Voluntară;
3. Postvoluntară.

Atenţia involuntară este provocată în mod spontan, neintenţionat şi fără efort voluntar. Ea este declanşată de stimuli:

- externi: intensitatea deosebită a unui stimul (zgomot puternic), noutatea (reclame comerciale), apariţia şi dispariţia bruscă a unui stimul, mobilitatea unui stimul pe fond de stimuli ficşi, gradul de complexitate a stimulului (un stimul simplu captează atenţia doar 1-2 minute);

- interni: interesul pentru un obiect, actualizarea unor motive şi trăirea afectivă pozitivă a relaţiei cu obiectul.

Această formă a atenţiei o întâlnim şi la animale. Ea este în general de scurtă durată menţinându-se atâta vreme cât

durează acţiunea stimulilor care o provoacă, după ce ori dispare ori trece în atenţie voluntară. Avantajul ei: nu generează oboseală. Dezavantajul: nu este suficientă pentru toate felurile de activităţi, şi pentru toate momentele lor.

Atenţia voluntară este intenţionată, realizată cu efort voluntar, autoreglată conştient. Deci această formă de atenţie depinde în mare măsură de individ şi de motivaţiile sale. Fiind autoreglată în mod conştient atenţia voluntară este superioară atât prin mecanismele verbale de producere, cât şi prin implicaţiile ei pentru activitatea omului.

<u>Autoreglajul voluntar se realizează:</u>

- ✓ prin orientarea intenţionată spre obiectul atenţiei;
- ✓ intensificarea activităţii psihice;
- ✓ selectivitatea în funcţie de scop;
- ✓ inhibarea voită a altor preocupări;
- ✓ menţinerea concentrării atenţiei pe durata necesară îndeplinirii activităţii respective.

<u>Condiţiile ce favorizează atenţia voluntară:</u>

- ✓ stabilirea cât mai clară a scopurilor;
- ✓ scoaterea în evidenţă a semnificaţiei activităţii şi a consecinţelor pozitive ale îndeplinirii ei;
- ✓ stabilirea momentelor activităţii şi sublinierea celor dificile;
- ✓ realizarea unei ambianţe favorabile de lucru;
- ✓ eliminarea sau diminuarea factorilor perturbatori.

Mobilizarea şi concentrarea atenţiei voluntare se poate menţine cu ajutorul cuvântului care măreşte valoarea semnalizării unor stimuli.

Avantajul atenţiei voluntare - este eficientă pentru orice activitate. Dezavantajul- presupune consum energetic generând oboseală.

Atenţia postvoluntară este o formă superioară de manifestare a atenţiei şi este definită ca o formă exersată a îmbinării atenţiei voluntare cu cea involuntară.

Atenţia voluntară este avantajoasă prin eficienţa ei în toate tipurile de activitate, dar datorită menţinerii ei cu preţul unui consum energetic ridicat, ea nu se poate manifesta timp nelimitat. Exersarea atenţiei voluntare până când aceasta se automatizează, într-un anumit grad, transformându-se într-un sistem de deprinderi duce la atenţia postvoluntară.
Atenţia postvoluntară, bazându-se pe mecanismele inconştiente, nu necesită încordare voluntară, obositoare. Diferenţa dintre atenţi involuntară şi cea postvoluntară constă în aceea că ultima nu apare spontan, ci prin exersare.

III. Însușirile atenției

Însuşirile atenţiei sunt definite în psihologie ca modalităţi cantitative şi calitative de manifestare a atenţiei în diferite situaţii.

---

1. **Volumul atenţiei** desemnează cantitatea de elemente asupra cărora se poate orienta şi concentra atenţia simultan. Volumul mediu e de 5-7 elemente.

<u>Factorii ce influenţează volumul atenţiei:</u>

- Instrucţiunile verbale (cât de complete sunt ele);
- Vârsta subiectului;
- Materialul utilizat (cifre, cuvinte, imagini);
- Intensitatea materialului (ce-i colorat mai bine se observă);
- Experienţa anterioară;
- Modul de grupare şi structurare a materialului structurat.

Unele profesii cer dezvoltarea deosebită a acestei însuşiri.

2. **Stabilitatea atenţiei** se referă la persistenţa în timp a posibilităţii de a menţine atenţia asupra unui obiect, fenomen, acţiune. Realizarea ei este relativă, pentru că, prin natura funcţionării circuitelor nervoase, există cel puţin 3 scurte întreruperi ale atenţiei la fiecare minut. Stabilitatea atenţiei creşte odată cu vârsta (la şcolari este de 12-15

minute, la adulţi de 40-50 minute, sau mai mult) şi este favorizată de complexitatea stimulului, natura sarcinii, motivaţia pentru acţiunea desfăşurată.

3. **Concentrarea atenţiei** presupune focalizarea atenţiei asupra unui obiect, proces, acţiune realizată-n paralel cu reducerea volumului atenţiei şi crearea unei stări de neatenţie faţă de alte elemente a câmpului perceptiv.

<u>Factorii ce facilitează procesul de concentrare:</u>

- Importanţa activităţii;
- Interesul pentru acea activitate;
- Structurarea bună a activităţii;
- Antrenamentul special de rezistenţă la factorii perturbatori.

<u>Cauzele scăderii gradului de concentrare a atenţiei:</u>

- Oboseala neuropsihică;
- Dereglarea stării somatice a organismului;
- Stările emotive deprimante;
- Dezinteresul faţă de activitate;
- Insuccesul repetat;
- Insuficienţa flexibilităţii adaptative în condiţii stresante;
- Excitanţii străini de o intensitate foarte înaltă sau de o apariţie neaşteptată.

4. **Distributivitatea atenţiei** presupune capacitatea subiectului de a desfăşura simultan două sau mai multe activităţi cu condiţia că cel puţin una din ele să fie automatizată. Adică capacitatea de a sesiza simultan înţelesul mai multor surse de informaţii. S-a constatat faptul că distribuţia e totuşi posibilă când mişcările sunt puternic automatizate şi informaţiile foarte familiare. De exemplu pilotul de avion care este atent la o mulţime de lucruri în acelaşi timp: el urmăreşte linia orizontului, cadranele, ascultă informaţia din căşti etc.) Această însuşire îşi demonstrează eficienţa în desfăşurarea activităţilor

complexe.

5. **Mobilitatea sau flexibilitatea atenţiei** constă în deplasarea şi reorientarea atenţiei de la un obiect la altul, în intervalele cerute de desfăşurarea activităţii. Exemplificare: un sportiv de performanţă în artele marţiale trebuie să dispună de o mare flexibilitate a atenţiei pentru a se putea descurca în lupta cu mai mulţi adversari reali.

Factorii ce influenţează mobilitatea atenţie:

- Particularităţile obiectului, activităţii şi regulile lor;
- Cazul când activitatea anterioară nu este finisată iar subiectului i se cere să treacă la altă activitate;
- Cazul când noua activitate este mai puţin interesantă sau mult prea diferită de activitatea anterioară;
- Obiectul primar care constituie scopul activităţii n-a fost bine observat.

TEMA: VOINŢA

PLANUL:

I. Definirea și caracterizarea voinței.

II. Structura și fazele actelor voluntare.

III. Calitățile voinței.

I. Definirea și caracterizarea voinței

Voinţa este un proces psihic de reglaj superior, care se produce la nivelul raţiunii. Ea reprezintă raţiunea în acţiune si constituie însuşirea personalităţii cea mai importantă. Shakespeare scria: "Omul este o grădină, iar grădinar în ea este voinţa".Voinţa se dezvoltă în condiţiile când omul se confruntă cu greutăţi, depune eforturi pentru a le învinge.

Ea se declanşează şi funcţionează doar în anumite situaţii. Aceste situaţii sunt:

- ✓ Situaţia "Răscruce": omul stă în cumpănă, stă la răscruce, are de ales din mai multe alternative una. Calitatea voinţei ce se declanşează şi lucrează în această situaţie este

hotărârea. A fi hotărât înseamnă a lua decizia în termeni optimi şi fără amânări de prisos. Opusul ei e nehotărârea.

- ✓ Situaţia "Presiuni": asupra omului se exercită presiuni ca el să ia o anumită hotărâre (fă aşa!) sau să-şi schimbe hotărârea deja luată. În această situaţie voinţa lucrează printr-o calitate a ei care se numeşte independenţă. A fi independent înseamnă a decide singur ce trebuie de făcut şi a rezista la presiuni când ele contravin intereselor proprii. Calitatea opusă este sugestibilitatea.
- ✓ Situaţia "Obstacole ". Decizia e luată de a înfăptui un lucru, omul a început să realizeze scopul, dar în cale îi apar diferite obstacole de ordin extern şi intern. Calitatea voinţei care asigură ducerea la bun sfârşit lucrul început în ciuda tuturor obstacolelor se numeşte perseverenţă. Exemplu:istorioara despre cele două broscuţe.
- ✓ Situaţiile extreme: accident, cutremur de pământ etc. Pentru ca omul să acţioneze cu raţiune în aceste situaţii, trebuie activată calitatea voinţei care se numeşte stăpânire de sine (sânge rece). Lipsa acestei calităţi are drept consecinţă panica.
- ✓ Situaţiile de frustrare (nedreptăţire, zădărnicirea planurilor). Calitatea voinţei necesară este răbdarea.
- ✓ Situaţia de pericol: este ameninţată existenţa omului, onoare lui, cariera etc. Apare frica. Pentru a lupta cu frica este necesar curajul. El neutralizează frica şi îi permite omului să săvârşească faptele pe care i le dictează raţiunea, dar nu frica.

Voinţa se defineşte ca un proces psihic complex de reglaj superior, realizat prin mijloace verbale şi constă în acţiuni de mobilizare şi concentrare a energiei psihonervoase în vederea învingerii obstacolelor şi atingerii scopurilor conştient stabilite.

Voinţa se manifestă nu numai prin pregătirea, declanşarea şi coordonarea acţiunilor, dar şi prin amânarea sau

reţinerea (blocarea) lor, în pofida unor incitaţii puternice din afară sau din interior (rezistenţa la tentaţii sau abţinerea de a riposta agresiv la o insultă sau jignire). Voinţa este orientată nu numai spre exterior, spre înfrângerea dificultăţilor din afară, ci şi spre interior, spre stăpânirea şi controlul propriilor porniri impulsive, stări afective, stări de motivaţie activate a căror satisfacţie în momentul sau situaţia dată nu este posibilă. Formarea şi dezvoltarea mecanismului reglajului voluntar sunt impuse şi de necesitatea punerii şi ţinerii în acord a comportamentului cu exigenţele şi normele vieţii sociale.

<u>Caracteristicile psihologice ale voinţei:</u>

Se elaborează o dată cu şi prin întregul sistem psihic (de aceea apare ca o capacitate şi o calitate a personalităţii în acţiune) fiind chiar o trăsătură de personalitate.

- Efortul voluntar este implicat atât în iniţierea cît şi în frânarea/amânarea activităţii, fiind necesar în ambele cazuri.
- Efortul voluntar presupune mobilizarea resurselor fizice, intelectuale şi emoţionale, prin intermediul activităţii verbale (al cuvântului).
- Efortul voluntar este trăit ca tensiune şi încordare (nu se confundă cu încordarea musculară şi efortul fizic).
- Încordarea voluntară este limitată — urmează momente de oboseală fizică, dar mai ales nervoasă; (relaxare, activitate şi odihnă).
- Intensitatea efortului voluntar reflectă obstacolul care apare în calea realizării scopului.

  Deosebim: *subaprecierea obstacolului = efort voluntar insuficient, eşec; *supraaprecierea obstacolului = efort voluntar supradozat, succes, dar cu mare consum de energie psihonervoasă, inclusiv, oboseală.

- Voinţa întreţine legături cu toate procesele psihice (în primul rând, cu gândirea şi imaginaţia), ele sunt reglate voluntar şi dirijate conştient.

II. Structura si fazele actelor voluntare

Reglarea voluntară a activităţii se face în condiţiile strânsei legături cu toate celelalte procese psihice şi, în primul rând, cu gândirea şi imaginaţia. Înainte de a fi efectiv realizate, acţiunile voluntare sunt gândite, întocmite raţional şi orientate spre scopuri proiectate imaginativ. Într-o activitate voluntară, bine reglată, toate componentele ei (informaţiile, operaţiile, capacităţile etc.) sunt concentrate şi direcţionate spre atingerea scopului. Totodată, voinţa intervine în oraganizarea şi dirijarea tuturor proceselor şi stărilor psihice care se integrează într-o activitate voluntară. În condiţiile reglajului voluntar, percepţia spontană se transformă în observaţie. Memoria se realizează în forma ei voluntară, iar cea involuntară îi este subordonată. Îndeosebi, în momentele dificile intervine atenţia reglată voluntar, iar gîndirea are în momentele ei productive de vârf o dirijare conştientă şi voluntară remarcabilă, ceea ce nu anulează prezenţa unor momente de desfăşurare automatizată. Reglajul asupra proceselor afective, generat de desfăşurarea activităţii, se poate face, în două direcţii:
a) în concentrarea energiei afective şi unificarea ei cu cea voluntară, atunci când ele sunt convergente ca sens;
b) ca rezolvare a unor conflicte emoţionale, reprimînd o tendinţă afectivă în favoarea aceleia care merge în direcţia scopului.

Astfel, pregătirea unui examen este o activitate complexă, cu nenumărate obstacole. Ea generează emoţii şi sentimente diverse: satisfacţii intelectuale, certitudeni, plăcerea efortului intelectual, dar şi îngrijorarea, nelinişte, teamă de eşec şi chiar frustrare de preocupări de

divertisment. Acestea din urmă pot perturba activitatea prin sporirea nejustificată de eforturi, care duc la oboseală prematură, prin întîrzierea activităţii sau abondonul ei. Frâna voluntară trebuie să se manifeste în sensul diminuării sau chiar reprimării lor. În cadrul acţiunilor umane complexe se desprind anumite faze:

1. Actualizarea unor motive care generează anumite scopuri şi orientarea preliminară spre ele. În această fază sunt 3 momente: *reglaj voluntar — la început — se manifestă ca orientare făcută pe baza legăturii dintre motiv şi scop — rămâne numai la nivel de dorinţă; *intenţia de a realiza acel scop, formulat verbal, prin limbaj interior; *se construieşte un plan mintal al rezolvării acţiunii.
2. Lupta motivelor (apariţia mai multor motive /scopuri). Unele sunt atrăgătoare şi cu satisfacţii imediate, altele mai puţin tentante, dar cu perspective în viitor.
3. Luarea hotărârii- reprezintă urmarea unei decizii, adică alegerea unui motiv şi scop care se face prin inhibarea/amânarea altora. Momentul deciziei poate fi uneori dramatic, omul trăind afectiv situaţiile implicate (+sau—). În actul deciziei sunt implicate şi trăsături de personalitate: nivel de aspiraţii, temperament, dorinţe.
4. Executarea hotărârii luate, ce înseamnă realizarea efectivă a planului şi atingerea reală a scopului.
5. Verificarea rezultatului obţinut şi formularea unor concluzii valoroase pentru activitatea viitoare.

În structura activităţilor complexe intră, cu necesitate, anumite deprinderi care se desfăşoară automatizat, însă reglajul de ansamblu nu lipseşte. El se manifestă ca alegere a deprinderilor, înlăturarea lor, corectarea lor dacă devine necesar.

III. Calitățile voinței

- **Puterea voinţei -** se referă la intensitatea efortului prin care omul îşi dă seama de inevitabilitatea greutăţilor, motivând încordarea voluntară. Opusul puterii este **slăbiciunea** care constă în scăderea efortului voluntar cerut (de aici insuficienta adaptare şcolară, profesională, familială);
- **Perseverenţa voinţei** - realizarea efortului voluntar pe o perioadă lungă de timp,chiar în condiţii aparent dificile. Perseverenţa este susţinută de valoarea scopului, încrederea în forţele proprii şi aprecierea lucidă a împrejurărilor. Opusul perseverenţei este **încăpăţinarea,** o însuşire negativă a voinţei (scop mărginit, ambiţie de a nu reveni asupra unei decizii, inerţie şi lipsă de flexibilitate în gândire);
- **Independenţa volitivă** constă în luarea de hotărîri pe cont propriu (cunoaşterea consecinţelor şi rezultatelor corelate cu responsabilităţile personale, atitudine critică faţă de sine dar şi de alţii, deliberarea de a lua hotărâri în baza unor analize proprii). Opusul independenţei este **sugestibilitatea** (independenţă greşit înţeleasă, îngustă şi unilaterală) ;
- **Promptitudinea** deciziei se referă la rapiditatea şi operativitatea deliberării în situaţii complexe şi urgente, adoptând hotărâri potrivite, adecvate.Opusul promptitudinii este **nehotărârea** (oscilaţii îndelungate şi nejustificate între mai multe motive, scopuri, căi şi mijloace).

TEMA: AFECTIVITATEA

PLANUL:

I. Definirea și caracterizarea afectivității.

II. Proprietățile proceselor afective.

III. Funcțiile afectivității.

IV. Clasificarea trăirilor afective.

I. Definirea și caracterizarea afectivității

Afectivitatea este o componentă fundamentală a psihicului uman, la fel de prezentă în comportamentul şi activitatea noastră cotidiană ca şi cogniţia. Nu întâmplător, analiza psihologică s-a învârtit întotdeauna în jurul relaţiei raţiune - emoţie cu exagerările cunoscute – în direcţia supraestimării raţiunii şi subestimării afectivităţii sau în direcţia supraestimării rolului trăirilor emoţionale şi subestimării rolului raţiunii. Realitatea psihologică a omului este de aşa natură că nici una din cele două componente ale ei nu poate fi eliminată fără a-i provoca o mutilare gravă. Modelul ideal al omului ar fi acela în care ambele componente să atingă niveluri de dezvoltare cât mai înalte şi să se echilibreze reciproc: câtă gândire, atâta şi sentiment, cât sentiment atâta şi gândire.

Afectivitatea este ansamblul de procese psihice care reflectă relaţiile dintre subiect şi obiect sub formă de trăiri interne subiective de o anumită intensitate şi de o anumită durată, raportul dintre dinamica evenimentelor motivaţionale sau a stărilor proprii de necesitate şi dinamica evenimentelor din plan obiectiv extern. Sau afectivitatea este rezultatul confruntării dintre motivaţia individului şi realitate.

Din definiţie reiese legătura afectivităţii cu motivaţia pentru că, atunci când necesităţile noastre ne sunt îndeplinite, vom avea trăiri afective pozitive: bucurie, încântare; dimpotrivă, atunci când ele nu ne sunt îndeplinite, vom avea trăiri afective negative: supărare, necaz, nemulţumire, iar toate acestea, devin nişte factori stresori foarte puternici şi agresivi, care de cele mai multe ori duc la îmbolnăviri destul de grave şi asta, din cauza deteriorării sistemului imunologic prin trăirea acestor stări negative.

Deseori, dacă reflectăm asupra cauzelor trăirilor noastre afective, constatăm că ele se datorează unor

trebuinţe ce sunt în curs de satisfacere, susţinându-ne acţiunile: sunt mulţumit în timp ce mănânc (îmi satisfac trebuinţa de hrană), sunt bucuros atunci când mă apreciază profesorul (îmi satisfac trebuinţa de stimă), sunt încântat în timp ce vizitez o expoziţie de artă (îmi satisfac trebuinţa estetică) sunt supărat atunci când caut să fac rost de bani şi nu găsesc (trebuinţele materiale sunt în acţiune) etc.
Caracteristicile proceselor afective: * afectivitatea are o mare importanţă energetică - în anumite situaţii noi sau cu factori perturbatori, mijloacele intelectuale sunt necesare, dar nu suficiente pentru rezolvarea problemei. Este necesară o redistribuire energetică a organismului: detensionarea sau tensionarea individului; * afectivitatea este rezultatul confruntării dintre motivaţia individului şi realitatea înconjurătoare - satisfacerea generează mulţumire, entuziasm, bucurie, iar nesatisfacerea sau contrazicerea generează neplăcere, nemulţumire, tristeţe; * relaţionarea cu obiectele, evenimentele , fenomenele este însoţită de formarea unor atitudini; * afectivitatea întreţine legături cu toate procesele psihice; * în procesele afective pe primul plan se află nu obiectul (evenimentul), ci valoarea şi semnificaţia pe care o are pentru subiect p/u acest obiect (eveniment). Iată de ce unul şi acelaşi obiect produce stări afective diferite unor persoane diferite, chiar la aceeaşi persoană, în momente diferite, un acelaşi obiect produce stări afective diferite. * în procesele afective, omul reacţionează cu întreaga fiinţă, afectivitatea fiind o reacţie concomitent organică, psihică, şi comportamentală.

II. Proprietățile proceselor afective

I. Polaritatea - se referă la tendinţa lor direcţională în individ de a gravita în jurul polului pozitiv sau negativ şi apare ca urmare a satisfacerii sau nesatisfacerii trebuinţelor sau aspiraţiilor (momentan sau de durată). Procesele afective

sunt bipolare, bucurie — tristeţe; iubire — ură;
II. Intensitatea - exprimă forţa, tăria şi, profunzimea cu care se instalează la individ procesul afectiv. Trăirea afectivă poate fi intensă, foarte sau mai puţin intensă, în funcţie de valoarea afectivă a obiectului, de semnificaţia lui precum şi de capacitatea afectivă (psihoenergizantă) a subiectului.
III. Durata - este legată de întinderea, persistenţa în timp a semnificaţiei pentru subiect a factorului afectogen. Un sentiment poate dura un an sau toată viaţa.
IV. Mobilitatea - exprimă trecerea rapidă de la o trăire emotivă la alta, de la stadiul primar ca trăire nespecifică de incertitudine, la stadiul secundar, ca trăire specifică. Ea se referă la trecerea de la emoţie la sentiment sau de la sentiment la sentiment (de la dragoste la ură şi invers). Mobilitatea presupune trecerea numai în conditii de necesitate.
V. Expresivitatea - este de diferite nivele şi constă în capacitatea de exteriorizare (de a fi văzut — citit — simţit). Exteriorizarea poartă denumirea de expresie emoţională. Comportamentul emotiv, aflat în raport biunivoc cu centrii şi stările interne poate activa sau depresa (descărca) tensiunea internă. Cele mai cunoscute expresii emoţionale sunt: mimica – participă elementele mobile ale feţei; pantomimica – participă tot corpul (ţinuta, mersul, gesturile); modificările de natură vegetativă – ritmul respiraţiei, pulsul, tonusul muscular etc.; schimbarea vocii – ritmul vorbirii, intonaţia etc.

Expresiile emoţionale nu sunt izolate unele de altele, ci se corelează şi se subordonează stărilor afective, dând naştere la ceea ce se numeşte conduita emoţional-expresivă (de ex., a tristeţii, a bucuriei etc.) Ele îndeplinesc roluri importante în comportamentul omului:

- ✓ rol de comunicare – se face cunoscută în exterior starea afectivă trăită de o persoană sau cea pe care ea doreşte ca ceilalţi s-o perceapă;
- ✓ rol de influenţare a conduitei altora în vederea săvârşirii unor acte – utilizarea socială a expresiilor emoţionale cu un anumit scop, adică pentru a obţine ceva (o persoană plânge p/u a impresiona etc.);
- ✓ rol de autoreglare în vederea adaptării mai bune la situaţiile cu care ne confruntăm (plângem în situaţiile triste, râdem în cele vesele etc.);
- ✓ rol de contagiune – de a transmite şi de a trezi reacţii similare altor persoane;
- ✓ rol de accentuare sau diminuare a însăşi stării afective – plângând ne putem „descărca", elibera sau, dimpotrivă, „încărca" afectiv.

VI. Subiectivitatea – vizează raportul individual dintre individ şi evenimentele ambianţei.

III. Funcțiile afectivității

1. Funcţia reflexivă. Trăirile afective reflectă nu obiectul, nu relaţia în sine, ci relaţia integrată şi subordonată situaţiilor şi «împrejurărilor de viaţă» extrem de concrete şi de diferenţiate între ele.
2. Funcţia adaptiv - reglatorie – vizează organizarea sau dezorganizarea conduitei umane în funcţie de gradul de intensitate a procesului afectiv şi de factorii situaţionali.
3. Funcţia de susţinere energetică a activităţii – presupune furnizarea de către procesele afective a energiei necesare formării şi operării cu produsele psihice (imagini, reprezentări etc.).
4. Funcţia evaluativă – presupune relevarea de către emoţii a unor relaţii dinamice şi valorice dintre subiect şi obiect.
5. Funcţia motivaţională - presupune acapararea şi realizarea

funcţiei de motiv. Afectul/dispoziţia se impune ca o forţă, ca un impuls care urmează să fie convertit într-o acţiune.

Procesele afective, privite în ansamblu, îndeplinesc 2 categorii de roluri, dar în condiţii diferite:

- ✓ dezorganizează conduita când sunt foarte intense (pentru că organismul nu şi-a elaborat încă modalităţile comportamentale adecvate): stările de groază, de furie, de ură;
- ✓ organizează conduita când au intensitate normală (medie) şi când organismul are deja elaborate modalităţi comportamentale adecvate situaţiei respective.

IV.Clasificarea trăirilor afective

Punând la bază un şir de criterii de clasificare a procesele afective ca intensitatea, durata, gradul de conştientizare, formele motivaţionale din care izvorăsc identificăm următoarele forme ale proceselor afective:

A. Procese afective primare

Caracterizare:

- sunt înnăscute şi spontane;
- sunt slab organizate (mai aproape de biologic-instinctiv, şi mai puţin elaborate cultural – în societate);
- tind să scape controlului conştient, raţional.

1. **Tonul afectiv al proceselor de cunoaştere** – reacţiile emoţionale ce însoţesc şi colorează afectiv orice act de cunoaştere.

Ex. o senzaţie, o amintire, un gând trezesc în noi şi stări afective (de plăcere sau neplăcere).

2. **Trăirile afective de provenienţă organică** sunt trăirile cauzate de buna sau proasta funcţionare a organelor interne.

Ex: conflictul dintre organele interne şi starea de boală, în boli pulmonare – iritarea.

3. **Afectele** sunt forme afective simple, primitive şi impulsive, intense şi violente, de scurtă durată, cu apariţie bruscă şi desfăşurare impetuoasă.
Ex: groaza, frica, spaima, accesul de râs sau plâns zgomotos, etc.
Sunt însoţite de o expresivitate bogată şi uneori se manifestă necontrolat (putând genera acte necugetate). Controlul conştient nu este total exclus – omul este considerat responsabil de acţiunile sale.

B. Procese afective complexe

Beneficiază de un grad mai mare de conştientizare şi intelectualizare.

1. **Emoţiile curente** - forme afective de scurtă durată, active, intense, provocate de însuşirile separate ale obiectelor, cu caracter situativ, cu desfăşurare calmă sau tumultoasă, cu orientare bine determinată (spre un obiect sau persoană). Ex.: simpatia, antipatia, bucuria, tristeţea, plăcerea, dezgustul. Emoţiile traduc un specific al relaţiilor subiectului cu un obiect sau o situaţie, deşi au un caracter situaţional. Ele pot fi declanşate de o împrejurare reală sau imaginară. Intensitatea lor este foarte variată: vagă, mijlocie, foarte mare. În cazul celor din urmă vorbim de emoţii şoc. Există 4 emoţii şoc, tipice: furia, frica/teroarea, tristeţea în forma sa acută (disperarea) şi bucuria explozivă. Aceste emoţii sunt o categorie aparte de stări afective datorită intensităţii lor deosebite şi exteriorizării lor puternice prin diferite expresii emoţionale, modificări fiziologice şi reacţii slab controlate. Ele apar când există o stare de tensiune nervoasă acumulată şi intervine brusc o situaţie neaşteptată.
<u>Furia.</u> Tabloul: înroşirea feţei, vinele feţei şi a gâtului se îngroaşă, ochii ies din orbite şi se injectează, pulsul se accelerează, persoana gâfâie, începe să urle, gesticulează, uneori aruncă cu unele obiecte.

Frica (când apare brusc un mare pericol). Tabloul: ochii larg deschişi cu pupile lărgite fixând dezastrul, părul se face măciucă, apar borboane de sudoare pe faţă, se declanşează un tremur, muşchii devin rigizi, se contractă convulsiv, se fac gesturi de îndepărtare, izbucneşte un strigăt de teroare, persoana fie înlemneşte fie o ia la fugă disperată. Frica poate provoca un stop cardiac fatal.

Disperarea (cauzată de moartea neaşteptată a unei persoane dragi, inundaţia casei etc). Tabloul: paloarea feţei, sprincenele devin oblice, faţa se alungeşte, colţurile gurii se lasă în jos, apar cute pe frunte, privirea devine ştearsă, inima şi respiraţia îşi încetinesc ritmul, persoana suspină, i se înmoaie picioarele, apar tremurul şi senzaţia de frig.

Bucuria explozivă. Tabloul: sare-n sus, dansează, bate din palme, râde din toată inima, bătăile inimii i se accelerează, statura se îndreaptă, faţa se îmbujorează, ochii sticlesc.

2. **Emoţiile superioare** – forme afective legate de activitatea pe care o desfăşoară individul. Pot să apară în activităţile intelectuale, reflectarea frumosului din realitate, realizarea comportamentului moral. De obicei presupun acordări de semnificaţii activităţilor desfăşurate. Spre deosebire de afecte ele se supun mai mult învăţării.

3. **Dispoziţiile afective** sunt stări difuze, cu intensitate variabilă şi durabilitate relativă. Au o orientare vagă (în timp ce emoţiile - precisă). Deşi nu prea ne putem da seama, ele totuşi au o cauză (ex. suntem bine sau prost dispuşi fără să ştim de ce). Dispoziţia poate fi pozitivă (fond optimist) sau negativă (fond pesimist). Dacă dispoziţiile se repetă (mai ale în adolescenţă), ele se pot transforma în trăsături de caracter.

C. Procese afective superioare

Caracterizare:

- ✓ depăşesc prin conţinutul şi structura lor stările emotive pasagere, ele ţin de personalitate;

- ✓ se caracterizează printr-o mare restructurare şi raportare valorică, situată la nivel de personalitate şi nu la nivel de obiect (ca acelea primare) sau de activitate (ca acelea complexe).

1. **Sentimentele** sunt trăiri afective intense, de lungă durată, relativ stabile, specific umane, condiţionate social-istoric.

Prin gradul lor de stabilitate şi generalitate, iau forma unor atitudini afective, care se păstrează multă vreme, uneori chiar toată viaţa. Datorită stabilităţii lor, putem anticipa conduita afectivă a individului. Sentimentele ca dragostea, ura, invidia, gelozia, îndoiala, recunoştinţa, includ elemente de ordin intelectual, motivaţional, voluntar şi caracterizează omul ca personalitate. Sentimentele se formează prin repetarea unor emoţii mai simple de acelaşi sens. De exemplu, sentimentul de iubire faţă de o persoană ia naştere prin cumularea unor emoţii produse de: înfăţişarea sa fizică, cinstea, modestia, simţul umorului, pe care i le descoperim treptat, ajungând ca, la un moment dat, să ne dăm seama că ne-am îndrăgostit! Uneori, o persoană ne poate provoca o emoţie atât de intensă care se menţine în timp, încât ne face să credem că ne-am "îndrăgostit" la prima vedere, (sentiment care poate să dispară la o a doua vedere sau la o analiză mai atentă). Acesta însă nu poate fi considerat un sentiment întrucât nu a trecut "proba timpului". Căci ulterior primei întâlniri, persoana ne poate provoca emoţii negative care o "strivesc" treptat pe cea pozitivă iniţială şi putem să ajungem astfel la indiferenţă sau chiar la un sentiment negativ (ură, dispreţ). Sentimentul de iubire este foarte complex; el provine şi se întreţine prin satisfacerea unui număr cât mai mare de trebuinţe care sunt interdependente (piramida trebuinţelor – de Maslow). De aceea, într-un cuplu, sentimentul de iubire al unui partener faţă de celalalt de sex opus nu poate fi întreţinut la infinit numai prin satisfacerea trebuinţei sexuale ci şi a celorlalte:

de securitate, de respect, de cunoaştere, etc. Atunci când unul sau ambii parteneri sunt agresivi, îşi adresează acuze, ignoră statutul celuilalt în cadrul cuplului, nu se dezvăluie faţă de celalalt, etc, ei nu-şi vor satisface trebuinţele mai sus menţionate; în acest caz, trăirile afective negative rezultate, vor fi insuportabile şi cei doi se vor îndepărta unul de celalalt.
Sentimentele pot fi:

- ✓ intelectuale - apar în procesul cunoaşterii: curiozitatea, mirarea, îndoiala, dragostea de adevăr;
- ✓ estetice - apar în procesul reflectării frumosului din natură, viaţă: admiraţia, extazul;
- ✓ morale - reflectă atitudinea faţă de bine sau rău, faţă de conduita proprie sau a semenilor: patriotism, datorie.

2. **Pasiunile** - sentimente cu o orientare, intensitate, grad de stabilitate şi generalitate foarte mare, antrenând întreaga personalitate.

Immanuel Kant: spre deosebire de emoţii care acţionează ca "o apă ce rupe digurile", pasiunile acţionează "ca un torent care îşi scobeşte din ce în ce mai mult albia".
Dacă emoţia este pasageră, simplă, dezorganizată, pasiunea este durabilă, complexă, organizată (în tipologiile de personalitate, emotivul şi pasionatul formează tipuri distincte, primul fiind exploziv, un foc de artificii, celălalt constant, un fel de bec ce luminează tot timpul). Pasionatul caută (produce) mereu motive de nelinişte, prilejuri de a fi activ. Patimile, viciile sunt pasiuni negative, cele pozitive fiind virtuţile.

TEMA: ACTIVITATEA UMANĂ

PLANUL:
I.Aspecte psihologice ale activității umane.
II.Structura activității umane.
III.Formele activității.

I. Aspecte psihologice ale activității umane

Activitatea reprezintă interacţiunea subiectului cu lumea, interacţiunea în care se realizează o atitudine sau alta a omului faţă de lume, faţă de ceilalţi oameni. Într-o altă accepţiune putem afirma că activitatea este un proces ce realizează o anumită **relaţie** a omului faţă de lume şi corespunde unor trebuinţe specifice. Prin activitate se exprimă însăşi esenţa omului ca fiinţă suverană bio-psiho-socio-culturală. Omul ca ființă activă si dinamică, inițiază, organizează, planifică, explorează, se implică, participă, perfecționează, asimilează informații, produce si creează obiecte noi, se autorealizează. Pentru realizarea corespunzătoare a acestor demersuri el se servește de o categorie de instrumente psihice cuprinse în noțiunea generală de activități psihice.
Specific pentru activitatea umană este că dispune de conştiinţa scopului, este motivată, operează cu instrumente construite de om, este perfectibilă şi creativă. Atât nevoia de activitate a individului, cît şi modalităţile prin care este ea satisfăcută sunt determinate istoric şi cultural.

Importanța activității în viața omului este enormă. Prin activitate omul produce modificări în condițiile obiective externe, în propriile lui stări interne, în relațiile cu mediul. Ființa umană îsi realizează ideile, îsi satisface aspirațiile, îsi construiește noi planuri, anume, în activitate. Prin activitate omul se adaptează condițiilor interne si externe la un nivel din ce în ce mai înalt. Dat fiind faptul că activitatea este atât cauză, cât si efect al dezvoltării psihosociale a omului, ea este resimțită ca o adevărată nevoie psihică, ca o cerință imperioasă a integrității ființei lui.

II.Structura activității umane

Elementele componente structurale în activitatea umană sunt: mişcările sau actele, operaţiile şi acţiunile.

Toate acestea sunt organizate ierarhic, iar funcţionalitatea, structurarea, subordonarea şi integrarea lor permit satisfacerea unor necesităţi într-un sistem funcţional ierarhic.

I. Mişcările (sau actele efectorii) sunt cele mai simple elemente constitutive ale activităţii, actele de răspuns la influenţele mediului. Sunt subordonate operatiilor. Ele sunt considerate ca mecanisme variabile**,** fără un conţinut determinant. În activitatea fizică domină mişcările musculare**,** iar în cea psihică domină un demers intern neuropsihic (limbajul interior este un exemplu de unitate dintre cele două categorii de mişcări).

II. Operaţiile, sunt subordonate acţiunilor şi mijloacelor de realizare a acestora. Din punct de vedere psihologic operaţiile nu dispun nici de scop, nici de motivaţie proprie, tocmai datorită subordonării lor acţiunilor**.** Aceleaşi operaţii (apucare, separare, eliminare etc.) au caracter mai generalizat şi pot deservi multiple scopuri şi diverse acţiuni.

III. Acţiunile sunt cele mai complexe elemente și mari subunităţi ale activităţii fiind constituite, la rîndul lor din şiruri de operaţii şi mişcări; sunt subordonate activităţii si nu dispun decât de o independență relativă în raport cu ea. În plan psihologic, acțiunile se caracterizează prin necoincidența scopului si motivului, în sensul că dispun de un scop propriu, dar nu si de o motivație proprie, cea din urmă fiind preluată de la activitate. Citirea unui conspect, în vederea susținerii examenului la psihologie, spre exemplu, constituie acțiuni, deoarece ele se subordonează activității de pregătire a examenului. Rezultatele obținute prin acțiune nu reprezintă scopul final, ci unul parțial în realizarea celui final al activității. Nu au întotdeauna un caracter conştient, voluntar, dar nici involuntar cum sunt acţiunile impulsive. Acţiunile pot fi: simple sau complexe**,** după gradul lor de complexitate.

III. Formele activității

Se cunosc mai multe forme de clasificare, în funcție de anumite criterii:

*după natura produsului, activitatea poate fi:
- predominant materială;
- predominant spirituală (intelectuală).

*după procesul psihic implicat în realizarea ei poate fi:
- cognitivă;
- afectivă;
- volitivă.

*după locul ocupat în sistemul relaţiilor individului:
- principală (dominantă);
- secundară (subordonată).

*după evoluţia sa ontogenetică poale fi:
joc; învăţare didactică; muncă productivă;comunicare; creaţie.

* după gradul de conştientizare a comportamentelor:
- în întregime conştientă (voinţă);
- cu comportamente automatizate.

TEMA: SISTEMUL DE PERSONALITATE

PLANUL:

I. Personalitatea umană ca sistem bio-psiho-socio-cultural.
II. Temperamentul – latura dinamico-energetică a personalității.
III. Aptitudinile – latura instrumental-operațională a personalității.
IV. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității.

I. Personalitatea umană ca sistem bio-psiho-socio-cultural

Termenul de personalitate denumeşte fiinţa umană considerată în existenţa ei socială şi înzestrarea ei culturală. Personalitatea este, la nivelul omului integral, un sistem bio-psiho-socio-cultural, ce se constituie fundamental în condiţiile existenţei şi activităţii din primele etape ale dezvoltării individuale în societate.

Personalitatea este subiectul uman privit în cele 4 ipostaze (înfăţişări) ale sale:

1) subiect pragmatic, al acţiunii (homo faber), cel ce transform lumea şi tinde să o stăpînească;

2) subiect epistemic al cunoaşterii (homo sapiens), cel ce ajunge la conştiinţa de sine şi de lume, intrucât beneficiază de cunoştinţe şi participă la procesul gigantic şi nelimitat de cunoaştere realizat de omenire;

3) subiect axiologic, purtător şi generator al valorilor (homo valens); acea fiinţă care fără a se rupe de natură a depăşit-o totuşi pe aceasta şi a intrat sub imperiul culturii, deci a valorilor adevărului, binelui şi frumosului, călăuzindu-se după semnificaţii, credinţe şi idealuri, conferind un sens superior propriei vieţi;

4) subiect social (homo socius), omul este un produs sociocultural, dar determinările sociale, exercitate concentric asupra individului în dezvoltarea sa, sunt menite nu să producă o simplă piesă din agregatul social, ci un subiect care, fiind înarmat cu mijloacele acţiunii, cunoaşterii şi valorificării, să devină tot mai mult un participant la activitatea şi viaţa socială, un factor activ care să contribuie la istorie.

Personalitatea este întotdeauna unică şi originală. Aceasta întrucât fiecare porneşte de la o zestre ereditară unică singulară (numai gemenii univitelini posedă eredităţi identice) şi mai departe în câmpul existenţei sociale concrete, fiecare străbate un drum (labirint) anume, încercând o serie de variate experienţe, desfăşurând diferite

activităţi şi intrând în anumite relaţii, toate având anumite afecte asupra cursului dezvoltării şi construirii edificiului de personalitate, aşa cum nu există într-un pom două frunze identice, tot aşa este cu desăvîrşire imposibil, ca la nivelul de supremă complexitate pe care-l prezintă personalitatea să existe doi oameni identici. În realitate, fiecare om are un mod propriu şi concret, irepetabil de a fi, de a gândi şi simţi. În detalii, totdeauna sunt deosebiri între oameni. Şi totuşi între oameni nu sunt numai deosebiri, ci şi asemănări.

Termenul de **individ** semnifică, caracterul de sistem al organismului pe latura indivizibilităţii acestuia. Este deci o unitate vie care nu poate fi dezmembrată fără a-şi pierde identitatea. Individ este orice organism, inclusiv omul. Termenul nu desemnează decât o prezenţă şi nu cuprinde descripţii sau evaluări.

Individualitatea este individul luat în ansamblul proprietăţilor sale distinctive şi originale, fiecare om dispune de individualitatea sa de care trebuie să se ţină seama.

Termenul de **persoană** specifică prezenţa umanului. Nu sunt persoane decât oamenii. Însă nu se precizează vârsta, ocupaţia, valoarea etc., e folosit, cu pregnanţă, în statistic.

Personalitatea, simetrică cu individualitate, este un concept care cuprinde întreg sistemul atributelor, structurilor şi valorilor de care dispune o persoană. Termenul de personalitate implică şi evaluări privind calităţile personale, rolurile şi statusurile de care dispune respectiva persoană.

Termenul de personalitate include într-un sitem unitar atât temperamentul, aptitudinile si caracterul omului.

II. Temperamentul - latura dinamico-energetică a personalității

Temperamentul este ansamblul de însuşiri care determină dinamica (viteza) şi energia cu care produce

activitatea si reprezintă latura dinamico-energetică a personalității. Etimologic, temperament inseamnă **amestec**. Este latura dinamico-energetică a personalităţii. Psihologul roman Nicolae Mărgineanu a considerat că temperamentul caracterizează forma manifestărilor noastre şi, de aceea, l-a definit drept aspectul formal al afectivităţii şi reactivităţii motorii specifice unei persoane.

Există mai multe tipologii ale temperamentului, această problemă fiind o preocupare constantă de-a lungul istoriei şi evoluţiei ştiinţei.

Tipologia lui Hipocrate

Prima încercare de identificare şi explicare a tipurilor temperamentale o datorăm medicilor Antichităţii**,** Hipocrate (400 î.e.n.) şi Galenus (150 e.n.).

În concordanţă cu filosofia epocii, care considera că întreaga natură este compusă din patru elemente fundamentale - aer, pământ,foc şi apă - aceştia au socotit că predominanţa în organism a uneia dintre cele patru „umori" (hormones): sânge, flegmă, bila neagră şi bila galbenă, determină temperamentul. Pe aceasta bază se stabilesc cele patru tipuri clasice de temperament: sangvinic, flegmatic, melancolic si coleric.

Colericul este energic, neliniştit, impetuos, irascibil, uneori impulsiv şi îşi risipeşte energia. El este inegal în manifestări. Stările afective se succed cu rapiditate. Oscilează între entuziasm şi decepţie, are tendinţă de exagerare în tot ceea ce face. Este o persoană foarte expresivă,uşor „de citit", gândurile şi emoţiile i se succed cu repeziciune.Are tendinţa de dominare în grup şi se dăruieşte cu pasiune unei idei sau cauze.

Sangvinicul se caracterizează prin ritmiciatate şi echilibru. Este vioi, vesel, optimist şi se adaptează cu usurinţă la orice situaţie. Fire activă, schimbă activităţile foarte des deoarece simte permanent nevoia de ceva nou.

Trăirile afective sunt intense, dar sentimentele sunt superficiale şi instabile. Trece cu usurinţă peste eşecuri sau decepţii sentimentale şi stabileşte uşor contacte cu alte persoane.

Flegmaticul este liniştit, calm, imperturbabil, cugetat în tot ceea ce face, pare a dispune de o răbdare fără margini. Are o putere de muncă deosebită poate obţine performanţe deosebite mai ales în muncile de lungă durată şi este foarte tenace, meticulos în tot ceea ce face. Fire închisă, greu adaptabilă, puţin comunicativă, preferă activităţile individuale.

Melancolicul este la fel de lent şi inexpresiv ca felgmaticul,dar îi lipseşte forţa şi vigoarea acestuia, emotiv şi sensibil, are o viaţă interioară agitată datorită unor exagerate exigenţe faţă de sine şi a unei neîncrederi în forţeţe proprii. Este puţin rezistent la eforturi îndelungate. Puţin comunicativ, închis în sine, melancolicul are dificultăţi de adaptare socială. Debitul verbal este scăzut, gesticulaţia redusă.

Tipologia lui Pavlov

Explicarea diferenţelor temperamentale ţine, în concepţia filozofului rus Ivan Petrovici Pavlov, de caracteristicile sistemului nervos central şi de raporturile dintre ele:

- **Forța sau energia** este capacitatea de lucru a sistemului nervos şi se exprimă prin rezistenţa mai mare sau mai mică la excitanţii puternici sau la eventualele situatii conflictuale. Din acest punct de vedere se poate vorbi despre sistem nervos **puternic** şi sistem nervos **slab**;
- **Mobilitatea** desemneaza usurinţa cu care se trece de la excitaţie la inhibiţie şi invers, în funcţie de solicitările externe. Dacă trecerea se realizează rapid, sistemul

nervos este **mobil**, iar daca trecerea este greoaie se poate vorbi despre sistem nervos **inert**;

- **Echilibrul** sistemului nervos se referă la repartiţia forţei celor două procese (excitaţia şi inhibiţia). Dacă ele au forţe aproximativ egale, se poate vorbi despre sistem nervos **echilibrat**. Există şi un sistem nervos **neechilibrat** la care predominantă este excitaţia.

Din combinarea acestor însuşiri rezultă patru tipuri de sistem nervos:

1. **Tipul puternic, neechilibrat, excitabil** (corelat cu temperamentul coleric);
2. **Tipul puternic, echilibrat, mobil** (corelat cu temperamentul sangvinic);
3. **Tipul puternic, echilibrat, inert** (corelat cu temperamentul flegmatic);
4. **Tipul slab** (corelat cu temperamentul melancolic).

Gheorghe Zapan a determinat patru niveluri ale sistemului temperamental: nivelul motor general (de activitate), nivelul afectiv, nivelul perceptiv-imaginativ şi nivelul mintal (al gândirii). Fiecare nivel se caracterizează prin indicii temperamentali: forţă, echilibru, mobilitate, persistenţă, tonus afectiv (stenic si astenic) şi direcţie (extravertit sau introvertit). Gh. Zapan a elaborat o metodă de educare a capacităţii de interapreciere, numita metoda aprecierii obiective a personalităţii.

Tipurile temperamentale şi tipurile de sistem nervos sunt două noţiuni diferite, nu coincid**,** deoarece în timp ce aceştia din urmă rămân de-a lungul vieţii neschimbate, temperamentul se construieşte în cadrul interacţiunii individului cu mediul fizic şi socio-cultural.

Tipologia lui Jung şi Eysenck

Psihiatrul elveţian Carl Jung a constatat, pe baza unei impresionante experienţe clinice, că, în afara unor diferenţe individuale, între oameni există şi deosebiri tipice.

Unii oameni sunt orientați predominant spre lumea externă şi intră în categoria extravertiţilor, în timp ce alţii sunt orientaţi predominant spre lumea interioară şi aparţin categoriei introvertiţilor.

Extravertiţii sunt firi deschise, sociabili, comunicativi, optimişti, senini, binevoitori, se înţeleg sau se ceartă cu cei din jur, dar rămân în relaţii cu ei. Introvertiţii sunt firi închise, greu de pătruns, timizi, puţini comunicativi, înclinaţi spre reverie şi greu adaptabili.

Psihologul englez H. Eysenck reia această distincţie a lui Jung, amplificând cazuistica probatorie, dar adaugă o nouă dimensiune numita grad de nevrozism. Această exprima stabilitatea sau instabilitatea emoţionalp a subiectului. Eysenck a reprezentat cele două dimensiuni pe două axe perpendiculare, obţinând tipurile extravertit – stabil, extravertit – instabil, introvertit – stabil şi introvertit – instabil, pe care le-a asociat cu cele patru temperamente clasice.

Tipologia şcolii franco – olandeze: Heymans-Wiersma-Le Senne

Psihologii olandezi G. Heymans si E. D. Wiersma propun o tipologie a temperamentelor mult mai nuanţată care ulterior va fi reluată şi precizată de psihologii francezi R. Le Senne şi G. Berger.

Pentru Le Senne caracterul este ceea ce înţelegem azi prin temperament, adică „ansamblul dispoziţiilor înnăscute, care formează scheletul mintal al individului”. Ei pornesc de la trei factori fundamentali: emotivitatea, activitatea şi „răsunetul” (ecoul). Din combinarea lor rezultă opt tipuri temperamentale.

Emotivitatea exprimă reacţiile afective ale persoanelor în faţa diferitelor evenimente. **Emotivii** au tendinţa de a se tulbura puternic chiar şi pentru lucruri

mărunte. Dimpotrivă, **non-emotivii** sunt aceia care se emoţioneaza greu şi ale căror emoţii nu sunt prea violente.

Activitatea desemnează dispoziţia spre acţiune a unei persoane. Persoanele active au o continuă dispoziţie spre acţiune, nu pot sta locului. Cele non-active acţionează parcă împotriva voinţei lor, cu efort și plângându-se continuu.

Răsunetul se referă la ecoul pe care îl au asupra noastră diferite evenimente, impresii. Persoanele care trăiesc puternic prezentul, extraversive sunt numite persoane primare. Persoanele care au tendinţa de a rămâne sub influenţa impresiilor trecute, introversive sunt numite persoane secundare.

Există opt tipuri de temperament care rezultă din combinarea acestor factori, şi anume: **pasionații** (emotivi, activi, secundari), **colericii** (emotivi, activi, primari), **sentimentalii** (emotivi, non-activi, secundari), **nervoșii** (emotivi, non-activi, primari), **flegmaticii** (non-emotivi, activi, secundari), **sangvinicii** (non-emotivi, activi, primari), **apaticii** (non-emotivi, non-activi, secundari), **amorfii** (non-emotivi, non-activi, primari).

			Formule	**Nume**	**Exemple**
Emotivi	activi	Secundari	EAS	Pasionaţi	Napoleon, Tolstoi
		Principali	EAP	Colerici	Hugo, Danton
	non-activi	Secundari	EnAS	Sentimentali	Russeau, Kirkegaard
		Principali	EnAP	Nervosi	Poe, Chopin
Non-emotivi	activi	Secundari	EAS	Flegmatici	Kant, Bergson
		Principali	nEAP	Sangvinici	Voltaire, A. France
	non-activi	Secundari	nEnAS	Apatici	Ludovic al XVI-lea
		Principali	n EnAP	Amorfi	La Fontaine

	ACTIVI	NON-ACTIVI	SECUNDARI	PRIMARI
EMOTIVI	Mare activitate exterioară, acţiune febrilă, sociabilitate, putere de muncă	Emotivitate în scădere, teamă de acţiune, sublimarea dorinţelor, plictiseală, teamă	Rezervă,exigenţă, ierarhizare a vieţii afective, stăpânit de impresii, ataşament faţă de trecut	Imaginaţie, spontaneitate, dezordine, revoltă, ciclotimi, mobilitate a sentimentelor, nevoie de emoţii
NON-EMOTIVI	Activitate rece, obiectivitate, perseverenţă, curaj, neîncredere faţă de emoţii	Foarte puţină activitate, indiferenţă, lipsă de iniţiativă	Regularitate, fidelitate, impasibilitate, sensul justiției, respectul principiilor, economie	Usurinţă de adaptare, acomodare, puţin sensibil la pericol
ACTIVI			Talent de organizare, sens social, muncă regulată, perseverenţă	Usurinţă, siguranţă, disponibilitate, prezenţă de spirit, decizii rapide, veselie
NON-ACTIVI			Melancolie, retragere in sine, rezistenţă pasivă, încetineală, indecizie, gust pentru singurătate, sedentaritate	

Luând în considerare doar **emotivitatea şi activitatea** putem reduce cele 8 tipuri la jumătate:

1. **Emotivii inactivi** – **nervoşii** care reacţionează rapid la evenimente, şi **sentimentalii**, care a reacţionează lent.
2. **Emotivii activi** – în care se încadrează **colericii**, cu reacţii rapide, explozive şi **pasionaţii**, care au reacţii lente.

3. **Neemotivii activi** – adică **sangvinicii**, cu reacţii echilibrate, rapide, şi **flegmaticii**, cu multă forţă dar lenţi.
4. **Neemotivii inactivi** – care îi include pe **amorfi**, care, deşi cu mai puţină energie sunt bine ancoraţi în prezent, şi pe **apatici**, a căror lipsă de energie este dublată de un ritm lent al reacţiilor.

Principalele trăsături ale celor opt tipuri

PASIONAȚII (EAS) - ambiţioşi care realizează tensiune extremă a întregii personalităţi; activitate concentrată pentru un scop unic; dominatori, apţi pentru a conduce. Stiu să-şi stăpânească şi să utilizeze violenţa. Serviabili, onorabili, iubesc societatea. Având simţ profund al grandorii, stiu să-şi reducă nevoile organice, merg uneori pana la ascetism.

Valoare dominantă: **opera de înfăptuit**.

COLERICII (EAP) - generoşi, cordiali, plini de vitalitate şi exuberanţă, optimişti; în general excitabili, adesea fără gust şi măsură. Activitatea lor e intensă, febrilă şi multiplă. Se interesează de politică, iubesc poporul, cred în progres, sunt revoluţionari. Dotaţi cu aptitudini oratorice, plini de impetuozitate, antrenează oamenii.

Valoare dominantă**: acțiunea.**

SENTIMENTALII (EnAP) - ambiţioşi ce rămân mereu în stadiul de aspiraţie. Meditativi, introvertiţi, schizotimi. Adesea melancolici şi nemulţumiţi de ei însişi; timizi, vulnerabili, scrupuloşi; îşi alimentează viaţa interioară prin ruminaţia trecutului. Nu știu prea bine să intre în relaţii cu oamenii şi cad uşor în mizantropie. Neabili, se resemnează dinainte cu ceea ce puteau totuşi să evite. Individualişti, au un sentiment viu al naturii.

Valoare dominantă**: intimitatea.**

NERVOSII (EnAS) - cu dispoziţie variabilă vor să epateze şi să atragă atenţia. Indiferenţi la obiectivitate, simt nevoia de a înfrumuseţa realitatea (ajungând de la minciună

la ficţiune poetică). Au un gust pronunţat bizar, oribil, macabru. Muncesc neregulat şi numai ce le place. Au nevoie de excitaţii pentru a se smulge inactivităţii şi plictiselii. Inconstanţi în afecţiunile lor: repede seduşi, repede consolaţi.

Valoare dominantă**: divertismentul**.

FLEGMATICII (nEAS) - oamenii obişnuinţelor, respectă principiile, punctuali, obiectivi, demni de credinţă, ponderaţi, cu dispoziţie afectivă egală. În general impasibili, răbdători, tenaci, lipsiţi de orice afectare. Civismul lor e profund, religia lor are caracter mai ales moral. Agreeaza sistemele abstracte.

Valoarea dominantă: **legea.**

SANGVINICII (nEAP) - extrovertiţi, pot face observaţii exacte şi dovedesc un remarcabil simţ practic. Le place lumea, unde se comportă politicos, sunt spirituali, ironici, sceptici. Ştiu să manevreze oamenii, sunt abili diplomaţi. Liberali si talentaţi în politică, au puţin respect pentru marile sisteme şi pun accent pe experienţă. Probează inițiativă şi o mare suplețe de spirit. Oportuniști.

Valoare dominantă: **succesul social**.

APATICII (nEnAs) - închişi, secretoşi, repliaţi în ei însişi, dar fără viaţă interioară fremătătoare. Sumbri şi taciturni, râd rareori. Sclavi ai obisnuinţelor, conservatori. Tenaci în aversiunile lor, sunt dificil de reconciliat. Cei mai puţin vorbăreţi dintre oameni, le place singurătatea. Deşi indiferenţi la viaţa socială, ei sunt în general cinstiţi, iubesc adevărul, onorabili.

Valoare dominanta: **liniştea**.

AMORFII (nEnAP) - disponibili, concilianţi, toleranţi prin indiferenţă, dau adesea dovadă de o încapăţânare pasivă tenace. În ansamblu au "caracter bun". Neglijenţi, leneşi, nepunctuali. Indiferenţi faţă de trecut mai mult decât faţă de viitor. Au adesea aptitudini către muzică (executanţi) şi teatru.

Valoare dominantă: **plăcerea.**

Importanţa acestor tipologii de temperament în activitatea didactică

G. Berger a elaborat un chestionar uşor de utilizat pentru a încadra o persoană în cele 8 tipuri temperamentale. Acest chestionar poate fi aplicat şi în cazul elevilor, deoarece pentru educator cunaşterea temperamentului elevilor este importantă. Astfel se poate stabili dacă un copil este emotiv sau nu, este activ sau nu. Dacă un copil este activ el poate fi harnic, energic, indiferent de gradul de emotivitate, iar dacă este inactiv, ar putea fi lent, leneş, fără iniţiativă. Dacă este emotiv poate avea reacţii emotive foarte puternice, va fi implicat afectiv în tot ceea ce face, iar dacă este non-emotiv, astfel de manifestări vor fi minime.

Dar nu este de ajuns pentru un educator identificarea acestor caracteristici, ci ei pot şi trebuie să ia măsuri necesare stimulării sau controlării acestora după caz. Copiii activi trebuie orientaţi spre activităţi utile şi temperarea tendinţei de a lua hotărâri pripite, iar cei inactivi au nevoie de o stimulare constantă şi de un program de lucru strict supravegheat.

Le Gall subliniază valoarea muncii în grup pentru cei neemotivi şi inactivi. Pentru alte tipuri, de exemplu pentru sentimentali rolul muncii în echipă este discutabil, deoarece sentimentalul poate avea probleme de integrare în grup, preferând singurătatea.

III. Aptitudinile – latura instrumental-operațională a personalității

Termenul de aptitudine provine din cuvântul latin aptus („apt de...") şi se referă la posibilitatea individului de a desfăşura o anumită activitate facil, obţinând rezultate supramedii (deasupra mediei celorlalţi indivizi). Aptitudinile sunt componente instrumental-operaţionale ale personalităţii, care permit desfăşurarea cu rezultate

supramedii a anumitor tipuri de activităţi.

Aptitudinile reprezintă o structură complexă, multidimensională, constituită dintr-un ansamblu de procese şi calităţi psihice, adică „o organizare selectivă a componentelor cognitive, afective, motivaţionale şi executive, care permit omului desfăşurarea cu succes a unei activităţi într-un domeniu dat". Ele reprezintă însuşirile psihice şi fizice relativ stabile care-i permit omului să efectueze cu succes anumite forme de activitate. De aici rezultă că existenţa unei aptitudini este demonstrată de reuşita în activitate. Ducerea la bun sfârşit a unei activităţi necesită utilizarea unor mijloace şi instrumente psihomotorii mult mai importante decât oricare alt instrument creat de om. Pensula sau bisturiul nu au nici o valoare în absenţa instrumentelor psihomotorii, structuri intelectuale, funcţii psihice care permit utilizarea eficientă a lor.

Una şi aceeaşi aptitudine poate constitui o premisă a reuşitei în diferite activităţi. O aptitudine izolată nu poate să asigure singură succesul într-o activitate, importantă este combinarea aptitudinilor, care permit compensarea unei însuşiri deficitare prin altele. Claparede susţinea că o bună memorie poate compensa până la un punct inteligenţa, o judecată fină poate suplini un deficit de informaţie.

Combinarea originală a aptitudinilor care asigură posibilitatea înfăptuirii creatoare a unei activităţi se numeşte talent. Această combinare se realizează în însuşi procesul activităţii.

O formă mai înaltă de dezvoltare a aptitudinilor care se manifestă într-o activitate creatoare de însemnătate istorică pentru viaţa societăţii o constituie geniul. Omul de geniu creează epoca în domeniul său de activitate.

Aptitudinea este un indiciu al efectuării cu succes a unei activităţi ce se manifestă prin uşurinţa cu care sunt însuşite cunoştinţele, deprinderile şi priceperile necesare activităţii,

fatigabilitate mai redusă ca efect al muncii, utilizarea reuşită a cunoştinţelor şi deprinderilor corespunzătoare, nivelul înalt al performanţelor. Termenul de aptitudine este utilizat pentru a desemna o performanţă superioară.

În limbajul comun între termenul aptitudine şi capacitate nu se face distincţie. În literatura de specialitate aptitudinea reprezintă nivelul potenţialităţii, fiind numai o premisă a dezvoltării psihice ulterioare, în timp ce capacitatea este aptitudinea împlinită care s-a consolidat prin deprinderi, rezultate din exerciţiu şi s-a îmbogăţit cu o serie de cunoştinţe adecvate.

Premisele naturale ale aptitudinilor

Aptitudinile au la bază anumite dispoziţii individuale native. Aceste dispoziţii sunt premisele naturale ale aptitudinilor:

- ✓ particularităţile diferiţilor analizatori;
- ✓ dinamica activităţii nervoase superioare;
- ✓ relaţia dintre I şi II sistem de semnalizare;
- ✓ însuşirile anatomo-fiziologice (constituţia).

Toate acestea determină viteza formării legăturilor temporare, trăinicia, calitatea, fineţea reacţiilor etc.
Dispoziţiile nu asigură prin ele însele dezvoltarea nici unei aptitudini, căci ele sunt totodată un rezultat al dezvoltării, al exercitării lor într-o activitate sau alta.

Ar fi fundamental greşit să se considere că pentru fiecare aptitudine ar exista pregătită o dispoziţie. Pe baza unei predispoziţii se pot dezvolta aptitudini diferite, în funcţie de condiţiile vieţii şi activităţii omului. Un indiciu al existenţei unei predispoziţii favorabile pentru dezvoltarea unei aptitudini oarecare este precocitatea. Totuşi aptitudinile se pot manifesta şi mai târziu.

În definirea aptitudinilor nici ponderea ereditarului nici a dobânditului nu se poate exagera. Fără învăţare şi antrenament, potenţialul ereditar al aptitudinii poate fi irosit, în timp ce bine valorificat, acelaşi potenţial, poate fi depăşit.

Clasificarea aptitudinilor
1. După natura proceselor psihice prin care se exprimă**:**
aptitudini senzorial-perceptive (vederea spaţială, stabilitatea structurării percepţiei);
aptitudini psihomotorii (forţa mişcărilor, rapiditatea, precizia, coordonarea mişcărilor);
aptitudini intelectuale (inteligenţa, spiritul de observaţie, memoria asociativă, flexibilitatea gândirii).
2. După gradul de complexitate:
aptitudini simple/elementare (proprietăţi ale simţurilor, reprezentărilor, memorie) condiţionează eficienţa numai în anumite puncte sau pe anumite laturi ale activităţii. De exemplu degustătorul de vinuri nu se bazează numai pe extraordinara fineţe a simţului său gustativ ci, în evaluarea vinurilor, utilizează în aceeaşi măsură şi resursele simţului olfactiv şi chiar vizual;
aptitudini complexe apar din interacţiunea mai multor aptitudini elementare, deci ele sunt eterogene. aptitudinea sportivă cere nu doar forţă musculară ci şi rapiditatea de reacţie, rezistenţa la efort, rezistenţa psihică. În cadrul aptitudinilor complexe, aptitudinile elementare nu se sumează, ci se integrează organic evoluând global, alcătuind un sistem (aptitudini muzicale, literare, plastice, matematice, tehnice etc.)
3. După sfera de aplicabilitate**:**
aptitudini generale sunt necesare şi eficiente în diverse domenii de activitate, ele constituind nucleul operaţional al tuturor tipurilor de activitate. Cea mai importantă aptitudine generală e inteligenţa, care, în mod sigur, adaugă un spor de eficienţă tuturor activităţilor.
aptitudini speciale au o aplicabilitate restrânsă, ele condiţionând succesul doar într-un anumit domeniu de activitate. Printre aptitudinile speciale se numără în primul rând aptitudinile profesionale: aptitudinea matematică,

aptitudinea tehnică, aptitudinea ştiinţifică, aptitudinea literară, aptitudinea muzicală, aptitudinea pedagogică, aptitudinea managerială etc.

Notă: Inteligenţa - o aptitudine intelectuală generală a individului uman de a sistematiza şi apoi utiliza achiziţiile anterioare în situaţii problematice noi, modificând semnificaţia funcţională a elementelor cunoaşterii în scopul realizării unui echilibru optimal la situaţiile noi şi mereu variabile ale mediului.

III. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității

Etimologic, termenul de caracter provine din greaca veche şi înseamnă tipar, pecete. Caracterul este un subsistem relaţional-valoric şi de autoreglaj al personalităţii care se exprimă printr-un ansamblu de atitudini-valori.

Atitudinea exprimă o modalitate de raportare faţă de anumite aspecte ale realităţii şi implică reacţii afective, cognitive şi comportamentale. Temperamentul şi caracterul sunt două noţiuni diferite care nu trebuiesc confundate. În timp ce temperamentul se referă la însuşiri ereditare ale individului, caracterul vizează suprastructura morală a personalităţii, calitatea de fiinţă socială a omului. În opinia lui Allport de câte ori vorbim despre caracter emitem o judecată de valoare şi implicăm un standard moral.

Caracterul este totalitatea celor mai esenţiale trăsături psihice individuale, manifestate printr-o modalitate specifică de comportare în împrejurări tipice de activitate şi care sunt determinate de atitudinea personalităţii faţă de aceste circumstanţe si reprezintă un ansamblu de trăsături psiho-individuale care se înglobează într-un «portret» psihologic al personalităţii.

Andrei Cosmovici subliniind două dimensiuni fundamentale ale caracterului – una axiologică, orientativ-valorică, alta executivă, voluntară- afirmă: „Caracterul este

acea structură care exprimă ierarhia motivelor esenţiale ale unei persoane, cât şi posibilitatea de a traduce în fapt hotărârile luate în conformitate cu ele”.

În opinia lui Taylor caracterul este „ gradul de organizare etică efectivă a tuturor forţelor individului”.

Alte definiţii: „o dispoziţie psihofizică durabilă de a inhiba impulsurile conform unui principiu reglator „(Rohack, A.A.; cf Allport) sau „o voinţă moraliceşte organizată” (Klages, K.).

Caracterul este deci un subsistem relaţional-valoric şi de autoreglaj al personalităţii care se exprimă printr-un ansamblu de atitudini-valori. Atitudinea exprimă o modalitate de raportare faţă de anumite aspecte ale realităţii şi implică reacţii afective, cognitive şi comportamentale.

Structura caracterului. În structura caracterului se disting trei grupe fundamentale de atitudini/trăsături:

<u>Atitudinea față de propria persoană</u> apare în trăsături pozitive**:** modestia, sentimentul demnității personale, spiritul autocritic, încrederea în sine, optimismul, stapanirea de sine s.a. si reversul negativ: îngâmfarea, aroganța, sentimentul inferiorității s.a.

<u>Atitudinea față de societate</u>, față de ceilalți oameni se dezvăluie în trasaturi pozitive de caracter precum sunt: sinceritatea, cinstea, spiritul de colectiv, deschiderea spre altul, altruismul, spiritul de răspundere, opusul – individualismul egoist, linguseala, spiritul mercantil.

<u>Atitudinea față de activitatea prestata</u> ne apare în trasaturi pozitive ca sarguinta, constiinciozitatea, spiritul de inițiativă, exigența în activitate. Opuse lor sunt: lenea, neglijenta, rutina, dezorganizarea, nereceptivitatea la nou etc.

Testele de personalitate şi rolul lor în activitatea didactică. Impactul şcolii asupra formării personalităţii elevilor

Putem spune că, cu ocazia chestionarelor de personalitate sunt diagnosticate trăsăturile personalităţii, care de fapt exprimă atitudinile pe care persoana le are faţă de sine, ceilalți, societate și activitatea prestată.

Testele de personalitate sunt diverse şi este foarte greu, dacă nu chiar imposibil, să suprindă toate aspectele personalităţii pe baza căruia să se întocmească profilul psihologic al unei persoane.

În majoritatea testelor de personalitate sunt analizate următorii factori:

- Dominanţa;
- Acceptarea de sine;
- Independenţa;
- Empatia;
- Responsabilitatea;
- Socializarea;
- Autocontrolul;
- Toleranţa;
- Realizarea de sine prin conformism;
- Realizarea de sine prin independenţă.

Adolescenţa este perioada în care încep să se „cristalizeze" principalele trăsături de caracter. Elevii sunt personalităţi în formare. Este greu, sau uneori chiar imposibil să ne dăm seama de motivele ce fundamentează atitudinile şi comportamentele lor. Cunoaşterea şi acceptarea de sine sunt variabile fundamentale în funcţionarea şi adaptarea optimă la mediul social și cel școlar, în menţinerea sănătăţii mentale şi emoţionaleale elevului. Familia şi şcoala sunt instituţii cheie care creează cadrul în care copii şi adolescenţii se pot dezvolta armonios în funcţie de interesele şi aptitudinile proprii. În aceste instituţii elevul începe să se descopere pe sine, să-şi

contureze o imagine despre propria persoană, să-şi dezvolte încrederea în sine.

Şcoala poate avea un impact deosebit de puternic asupra formării personalităţii viitorului adult, de exemplu prin rolul pedepselor şi recompenselor şi al aşteptărilor profesorilor sau prin atitudinile profesorului faţă de performanţele elevilor, precum şi interpretarea rezultatelor scăzute în termeni de eşec.

Şcoala și educatorul nu are numai obligaţia de a transmite cunoştinţe, informaţii – are un rol important în formarea atitudinilor - elementele principale ale caracterului elevilor, aceasta se realizează prin metode şi tehnici specifice.

Metodele indirecte acţionează mai ales prin mecanismele învăţării sociale bazate pe imitaţie, pe identificare, pe exemple, pe modelare etc. deci una dintre cele mai importante sarcini formative ale şcolii este aceea de a oferi modele, căi de urmat.

Între metodele directe cea mai evidentă este utilizarea pedepselor şi a recompenselor.

BIBLIOGRAFIA

1. Buzdugan, T. Psihologie pe înţelesul tuturor, EDP, Bucureşti, 2011.
2. Cosmovici, A. Psihologia generală. Polirom, Iaşi, 1996.
3. Crăciunescu, R. Psihologie generală. Tipografia Universităţii Craiova, 2001.
4. Creţu, T. Psihologie generală, Bucureşti: Ceredis, 1997.
5. Cretu, T. (etc.) Psihologie - Manual pentru clasa a X-a, Şcoli normale si licee, București, 1999.
6. Doron, R., Parot, F. Dicţionar de psihologie, Editura Humanitas, Bucureşti, 1999.
7. Miclea, M. Psihologia cognitivă. Cluj – Napoca, 1999.
8. Negură, I., Losîi E. Psihologia generală. Suport didactic, Chișinău, 2011.
9. Jelescu, P. (etc.) Psihologia generală (manual pentru colegii pedagogice), UPS "I.Creangă", Chişinău, 2006.
10. Golu, M. Fundamentele psihologiei. Bucureşti, 2006.
11. Popescu-Neveanu, P. Tratat de psihologie generală. Editura Trei, București, 2013.
12. Racu, I. (etc.) Psihologia generală: Suport de curs. CEP USM, Chisinău, 2013.
13. Rădulescu-Motru, C. Curs de psihologie. Bucureşti, 1996.
14. Rosca, Al. Psihologie generală, Bucureşti, EDP, 1963.
15. Sillamy, N. Dicţionar de psihologie. Bucureşti, 1996.
16. Zlate, M. Introducere în psihologie. Bucureşti, 1996.
17. Zlate, M. Psihologia mecanismelor cognitive. Iaşi, 1999.